• САМЫЕ ВКУСНЫЕ •

РЕЦЕПТЫ

СВЕРХПРОСТЫЕ КУЛИНАРНЫЕ РЕЦЕПТЫ

Салаты, закуски, блюда из мяса и рыбы, десерты

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

В этом издании вы найдете великолепную подборку рецептов очень простых, но при том не лишенных изысканности блюд. Если вдруг нагрянули гости или просто нет желания готовить долго, откройте книгу и выберите рецепт по вкусу. Поверьте, никто не останется равнодушным, а ингредиенты найдутся в холодильнике любой хозяйки. Готовьте, радуйте, удивляйте, не тратя времени и сил!

- Самые вкусные рецепты. Сверхпростые кулинарные рецепты
  -
  - Бутерброды
    - Горячие бутерброды
      - «Замки Луары»
      - «Бременские музыканты»
      - «Чудеса Мальты»
      - «Мозговая зависимость»
      - «Оранжевые острова»
      - «Зеленое облако»
      - «Спасение Рима»
      - «Улочки Парижа»
      - «Вторая жизнь»
      - «Волжские просторы»
      - «Простое удовольствие»
      - «Курортная жизнь»
      - «Чукотская сказка»
      - «Сказание о репке»
      - «Старичок-боровичок»
      - «Победа над вампирами»
      - «Радуга»
      - «Семеро козлят»
      - «Утро в разливе»
      - «Раковые шейки»
      - «Закуска сумиста»
      - «Красоты Гавайев»
      - «Творожный десерт»
      - «Клубничный рай»
      - «Полная чаша»
      - «Вишневый сад»
      - «Сладкая жизнь»
      - «Узник замка Иф»
      - «Покорение мужчин»

- «Женское озеро»
- «Тайна Скандинавии»
- «Надежда»
- «Серьезное предложение»
- «Расплавленное счастье»
- «Контрасты жизни»

- Яичница
  - Глазуньи и болтушки
    - Глазунья «Горячий привет»
    - Глазунья «Деревенская»
    - Глазунья «Зимняя»
    - Глазунья «Дачная фантазия»
    - Глазунья «Августовские звездочки»
    - Глазунья «Монастырская»
    - Глазунья «Бабушкина гордость»
    - Глазунья «Завтрак по-американски»
    - Глазунья «Солнечная долина»
    - Глазунья «Десертная»
    - Глазунья «Зигзаг удачи»
    - Глазунья «Молочные берега»
    - Глазунья «Провинциальная»
    - Болтушка «Курочка-Ряба»
    - Глазунья «Золушка»
    - Болтушка «Слабо?!»
    - Болтушка «Дунайская»
    - Болтушка «Нежность»
    - Болтушка «Рисовый рай»
    - Глазунья «Любимая»
    - «Фаршированные помидоры»
  - Омлеты
    -
    - «Ленивый»
    - «Грибной»
    - «Улыбка»
    - «Оригинальный»
    - «Верный Мишель»
    - «Деревенское утро»
    - «Детский»
    - «Омлет по-неаполитански»
    - «Королева»
    - «Россиянка»
- Каши
  - Каши из гречневой крупы
    -

- «Одинокий остров»
- «Молочный залив»
- «Любителям мясного»
- «Грибная поляна»
- «Добыча грибника»
- «Воспоминания о Швейцарии»
- «Студенческая»
- «Слоеный сюрприз»
- «Завтрак дикаря»
- «Блуждающие огни»
- «Дары юга»
- «Снежная вершина»
- «Райский сад»
- «Недосягаемость»
- «Млечный Путь»

- Манные каши
  -
  - «Антарктида»
  - «Плавающий айсберг»
  - «Угощение для белочки»
  - «Песчаный берег»
  - «Тройное удовольствие»
  - «Сливки общества»
  - «Баловням судьбы»
  - «Вишневый аромат»
  - «Итальянские солнышки»
- Рисовые каши
  -
  - «Завтрак мандарина»
  - «Острое ощущение»
  - «Белое облако»
  - «Грибное раздолье»
  - «Восток и Запад»
  - «Сбывшиеся мечты»
  - «Сладкоежкам»
  - «Зебра»
  - «Рисовый замок»
  - «Утро в Китае»
  - «Мудрость ламы»
  - «Сила самурая»
  - «Нежное прикосновение»
  - «Малазийский сюрприз»
  - «Тайна кавказского долголетия»
  - «Аристократические изыски»

- «Завтрак вьетнамца»
- «Апельсиновое масло»
- «Огородные фантазии»
- «Нирвана»

- Пшенные каши
  -
  - «Оранжевое небо»
- Перловые каши
  -
  - «Для дачников»
  - «Походная»
  - «Маковый цвет»
  - «Снежки на полдник»
- Овсяные каши
  -
  - «Джентльменский набор»
  - «Завтрак на Темзе»
  - «Завтрак чемпиона»
  - «Шерлок Холмс»
- Экзотические каши
  - «Рассвет в джунглях»
  - «Голова дракона»
  - «Овощной десерт»
  - «Мечта Хрущева»
  - «Визит в Армению»
  - «Сердце Италии»
  - «Шарм Парижа»
  - «Духов день»

- Что можно сделать из молока
  - Молочные супы
    -
    - «Древняя Русь»
    - «Домашний»
    - «Узкоглазый»
    - «Крутизна»
    - «Детский»
    - «Ячка»
    - «Любительский»
    - «Колобочки в молоке»
    - «Нежность»
    - «Шустрый»
    - «Отрочество»
    - «Шалун»
    - «Полезный»

- «Овощной»
- «Воздушные шарики»
- «Китайская мудрость»
- «Маленькие шарики»
- «Вкуснота»
- «Азиат»
- «Ленивый»
- «Фруктовый»
- «Любимый огород»
- Суп-пюре «Луговой»
- Суп-пюре «Дальневосточный»
- Суп-пюре «Сельский»

- Молочные каши
  -
  - «Родной Китай»
  - «Манные лепешки»
  - «Детская ненависть»
  - «Курочкино блюдо»
  - «Солнечная»
  - «Кони-кони»
  - «Русская печь»
  - «Лошадиная морда»
  - «Пуховая»
  - «Сливочный вкус»
  - «Ковбой»
  - «Русско-китайская»
  - «Любимая»
  - «Бабушкина каша»
  - «Сладенькая»
  - Гурьевская каша
  - «Цыпленок»
  - Коктейль «Бразильский»
  - «Ягодка»
  - «Розочка»
  - «Черничка»
  - «Малинка»
  - «Обезьянка»
  - «Вишенка»
  - «Клюшка»
  - Коктейль «Необыкновенный»
  - Кисель «Густой»
  - «Восток»
  - Коктейль «Мулатка»
  - Коктейль «Буржуйский»

- Коктейль «Шоколадка»
- «Обжигающий»
- Коктейль «Подростковый»
- Кислое молоко
- Суп «Беленький»
- Холодный борщ «Киевская Русь»
- Суп «Крапивный»
- Окрошка «Кисленькая»
- «Весна»
- «Лето»
- «Свежесть»
- «Яблочный»
- Желе из простокваши

- Блюда, приготовленные на основе молока
  -
  - «Капустник»
  - Пюре «Каштан»
  - Пюре из белой фасоли
  - Мамалыга «Северная Америка»
  - «Зимние шарики»
  - Мороженое молочное
  - Соусы
    -
    - «Простота»
    - Соус по-английски
    - Молочный соус к вареной телятине, курице
    - «Шоколадный»
    - «Сырный»
    - «Рассвет»
  - Кремы молочные
    -
    - «Забава»
    - «Миндальный»
    - «Этюд»
    - «Влюбленный»
  - Творожные блюда
    - Запеканка «Любовь»
    - Творожок «Любительский»
    - Вареники «Обыкновенное чудо»
    - Творожники «Городские»
    - Галушки из творога
    - Сырники «Древнерусские»
    - Сырники «Хрустящие»

- Творожная масса «Медок»

- Готовим ланч
  -
  - Ланч для домашних
  - Суп-пюре для ланча «Яблонька»
  - «Восточное лакомство»
  - «Лакомка»
  - «Пестрый»
  - «Рог изобилия»
  - Запеченная рыба «Молочное море»
  - Рыбный омлет «Нежный»
  - «Красная заря»
  - «Радуга»
  - «Миланские башни»
  - «Серебро фараонов»
  - Деловой ланч
  - «Дружба»
  - «Гамлет»
  - «Амстердам»
  - «Солнечный»
  - «Паштетный»
  - «Полянка»
  - «Вкусная лужайка»
  - «Сладкий»
  - «Долгожданная радость»
  - «Сюрприз для мужа»
  - «Забава пирата»
  - «Три поросенка»
  - «Медальон»
  - «Подводная лодка»
  - «Стройная фигура»
  - Мясной рулет «Греческий»
  - Паштет из печени «Щедрый хозяин»
  - Оладьи из печени «Приглашение к ланчу»
- Напитки к ланчу
  - Чай «Желание»
  - Чай «Облака»
  - Чай «Шедевр»
  - Чай «Зеленая влага»
  - Чай «Скрипка»
  - Чай «Свежее дыхание»
  - Чай «Букет для любимой»
  - Кофе «Халибад»
  - Кофе «Искушение»

- Кофе «Аманда Ри»
- Йогурт «Тропический»
- Йогурт «Соблазнительная влага»
- Йогурт «Крайний случай»
- Коктейль «Восторг»
- Коктейль «Красное солнце»
- Коктейль «Звездный»

- Гарниры к мясу
  - «Ах, эта картошка…»
  - Русский гарнир
  - Славянский гарнир
  - Картофельное пюре по-московски
  - Картофельное пюре с кислинкой
  - Картофельное пюре «Лакомка»
  - Способ приготовления
  - Картофельная запеканка «Бабье лето»
  - Картофельно-морковное пюре «Оранжевое настроение»
  - Картофель «Балтийская весна»
  - Картофель «Печора»
  - Картофель «Диетический» («Походный»)
  - Картофель «Дольки»
  - Картофель «Дольки по-провансальски»
  - Картофель, запеченный в фольге
  - Картофель «Бруски»
  - Картофель фри
  - Картофель «Грибница»
  - Картофель «Белые ночи»
  - Картофельный салат «Свежесть»
  - Капуста «Домашняя»
  - Капуста «Пикантная»
  - Тушенная капуста с яблоками «Сладкий сон»
  - Запеканка из капусты «Снежная долина»
  - Краснокочанная капуста с рисом «Альпийский луг»
  - Краснокочанная капуста «Французский двор»
  - Брюссельская капуста «Европа»
  - Капуста по-немецки «Крестьянка»
  - «Баварская пикантная капуста»
  - Цветная капуста «Снежные хлопья»
- «Прямо с грядки»
  -
  - Сладкая репа
  - Тушенная с фруктами репа «Детское счастье»

- Тушеная свекла «Розовый сон»
- Свекла с черносливом «Русский деликатес»
- Морковь со сливками «Айсберг»
- Тушеная морковь «Небрежность»
- Зеленые помидоры «Чесночная гряда»
- Печеные помидоры «Китайские бочонки»
- Запеканка из тыквы «Солнечное утро»
- Тушеная тыква «Золотой октябрь»

○ Экзотические гарниры

-
- «Рисовый салат с кукурузой и яблоками»
- «Золотистые шарики»
- Салат «Мечта»
- Баклажаны «Кардинал»
- Картофельный салат «Рандеву на Монмартре»
- «Фруктовая лагуна»
- «Фруктовый салат с рисом»
- «Зеленая лужайка»
- Салат «Утро дачника»

○ Жарим рыбу

- «Толстячок»
- «Изюминка»
- «Сахара»
- «Закат»
- «Лучше не бывает»
- «Лесной поход»
- «Мальчик с пальчик»
- «Почувствуй аромат»
- «Итальянка»
- «Белый мухомор»
- «Оближи пальчик»
- «Иванушка»
- «Август»
- «Чучело огородное»
- «Морская пучина»
- «Зубастик»
- «Речной вокзал»
- «Пиратские нравы»
- «Убойная»
- «Мелюзга»
- «Барские забавы»
- «Изверги»
- «Светофор»
- «Речной дар»

- «Клеопатра»
- «Щучья смерть»
- «Любовь до гроба»
- «Северный полюс»
- «Русалка»
- «Острые ощущения»
- «Осенний пир»
- «Балтийский флот»
- «Угадай, где я родился»
- «Братки»
- «Цып»
- «Сельские посиделки»
- «На любой вкус»
- «Землетрясение»
- «Княжеский стол»
- «Я – крутой»
- «Пальчики»
- «Скоморохи»
- «Огородная штука»
- «Потеха»
- «Закат»
- «Меня нашли в капусте»
- Бутерброд с жареной рыбой «Святая наивность»
- Бутерброд с жареной рыбой «Наивная простота»

○ Соусы к рыбе

-
- «Классический»
- «Сметанный»
- «Изысканный»
- «Желтенький»
- «Соленый огурец»
- «Обыкновенный»
- «Синьор помидор»
- «Лесной»

○ Холостяцкая кухня

- Гастрономический опыт
- Тосты «Элементарные»
- Суп «Полдень»
- Капустный салат «На все времена»
- Рис «Веселый боцман»
- Бутерброды «Смешанные»
- Гречневая каша с овощами
- Запеченная рыба «Золотое дно»
- Цветная капуста в тесте

- Крабовый салат
- Овощное ассорти с сосисками
- Бутерброды «Красная Шапочка»
- Салат «Весеннее утро»
- Салат «Зеленая поляна»

- Что там на десерт?
  -
  - Печеные бананы
  - Черничный десерт
  - Тропический коктейль
  - Фрукты с коньяком
  - Мусс «Зеленое яблочко»
  - Медовый кекс
  - Пирог со смородиной и клюквенным вареньем
  - Вишневый творог
  - Яблочный пирог «Пятнадцать минут»
  - Торт «Розовый»
  - Кекс «Предел фантазии»
  - Печенье «Золушка»
  - Миндальное печенье
  - Лимонный сметанник
  - Заварные пирожные
  - Печенье «Термитник»
  - Ватрушки «Всем привет»
  - Клубничная запеканка
  - Хворост
  - Желе из красной смородины и малины
  - Апельсиновый кекс
  - Пирог к кофе
- Напитки на все случаи жизни
  -
  - Коктейль «Земляничные поляны»
  - Коктейль «Тропинка»
  - Бананово-медовый напиток
  - Лимонный чай
  - Ягодный коктейль
  - Газированный напиток из цитрусовых
  - Коктейль «Оранжевый»
  - «Солнечный пляж»
  - Персиково-абрикосовый напиток
  - Коктейль «Ранняя осень»
  - Флип «Искрящийся фонтан»
  - Коблер «Восточный экспресс»
  - «Красный бандит»

- Коктейль «Гавайский»
- Коктейль «Весеннее настроение»
- Кофейно-вишневый коктейль

Самые вкусные рецепты. Сверхпростые кулинарные рецепты

© ООО «Абсолют-Юни», 2015

Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

©Электронная версия книги подготовлена компанией ЛитРес (www.litres.ru)

Бутерброды

Горячие бутерброды

«Замки Луары»

Ингредиенты

2 яйца, $^3/_4$ стакана молока, 1 чайная ложка ванилина, 8 ломтиков батона, 1 апельсин, клубника.

Способ приготовления

В глубокую тарелку вбейте одно яйцо, добавьте один белок, ванилин, влейте молоко и перемешайте.

Разогретую сковороду смажьте маслом. Обмакните ломтики хлеба в приготовленную смесь, положите на сковороду и поставьте в духовку. Запекайте минут пять, пока не образуется золотистая корочка.

Готовые тосты выложите на тарелку и украсьте дольками апельсина, клубникой.

«Бременские музыканты»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 200 г ветчины или нежирной колбасы, 150 г сыра (любого), 3 яйца, 2 столовые ложки сметаны, 2 помидора, 1 огурец, 20 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Хлеб намажьте маслом и обжарьте с обеих сторон. Ветчину, сыр, сваренные вкрутую яйца нарежьте мелкими кубиками, смешайте со сметаной, посолите, поперчите. Этот салат уложите на бутерброды, украсьте ломтиками огурца, помидора, листьями салата и веточками укропа.

«Чудеса Мальты»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 стакан молока, 100 г сыра (любого), соль.

Способ приготовления

В разогретой сковороде растопите масло и поджарьте муку, добавьте молоко, соль, доведите до кипения и тушите 5 минут. Хлеб обжарьте в отдельной сковороде на сливочном масле и

залейте приготовленным соусом. Сверху посыпьте сыром и запеките в духовке.

«Мозговая зависимость»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 200 г мозгов (вареных), 1 луковица, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 яйца, соль.

Способ приготовления

Мозги нарежьте небольшими кусочками. Лук мелко порубите и обжарьте на сливочном масле. Добавьте мозги и жарьте еще 5 минут, затем сковороду снимите с огня. Когда мозги остынут, влейте взбитые яйца и хорошо перемешайте.

Хлеб обжарьте с обеих сторон на сливочном масле. Приготовленной смесью намажьте хлеб и поставьте в духовку на 2–3 минуты.

«Оранжевые острова»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 50 г маргарина, 2 морковки (большие), 100 г сыра (любого), 2 столовые ложки толченых сухарей, 2 помидора, 2 огурца, зелень (любая).

Способ приготовления

Хлеб обжарьте на маргарине с обеих сторон. Морковь сварите и нарежьте кружочками. Сыр натрите на терке и разогрейте на маргарине с сухарями.

На каждый ломтик хлеба положите несколько кружочков моркови, сверху на них – сыр с сухарями. Бутерброды поставьте в духовку на 2–3 минуты.

Готовые бутерброды украсьте дольками помидоров и огурцов.

«Зеленое облако»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 50 г маргарина, 400 г шпината, 100 г ветчины, 2 чайные ложки муки, 1 белок, 3 столовые ложки майонеза, перец, соль.

Способ приготовления

Ветчину порежьте и обжарьте. В отдельной сковороде потушите мелко рубленый шпинат, добавьте к нему муку, соль,

перец и тушите 5 минут. Яичный белок взбейте и смешайте с майонезом.

Намажьте хлеб маргарином, затем тушеным шпинатом. Сверху положите ветчину и смесь майонеза с яичным белком. Бутерброды запеките в духовке.

«Спасение Рима»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 100 г сливочного масла, филе маринованной рыбы (любой), 4 яйца, 100 г брынзы, 2 столовые ложки толченых сухарей, 1 чайная ложка томатного пюре, 50 г сыра (любого).

Способ приготовления

Хлеб намажьте маслом. Брынзу и сыр натрите на терке, смешайте с яичными желтками и толчеными сухарями. Смесь намажьте на хлеб. Сверху положите филе рыбы и томатное пюре. Бутерброды запеките в духовке. Готовые бутерброды посыпьте тертым сыром.

«Улочки Парижа»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 2 желтка, $^1/_3$ стакана молока, 150–200 г сыра (любого, тертого), 1 столовая ложка сливочного масла.

Способ приготовления

В тарелку вбейте 2 желтка, влейте молоко и размешайте. Сыр натрите на терке.

Ломтики хлеба обмакните в приготовленную смесь и выложите на сковороду, смазанную маслом, сверху посыпьте тертым сыром. Сковороду накройте крышкой, поставьте на огонь и запекайте до тех пор, пока сыр не расплавится.

«Вторая жизнь»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 2 яйца, $^3/_4$ стакана молока, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка сливочного масла, $^1/_2$ стакана повидла (любого), 2 столовые ложки измельченных орехов (любых).

Способ приготовления

Желтки яиц смешайте с сахаром, добавьте молоко и хорошо перемешайте. Обмакните ломтики хлеба в приготовленную смесь, обжарьте на сливочном масле. В повидло всыпьте орехи, перемешайте, намажьте им хлеб и выложите на противень. Сверху залейте взбитыми яичными белками и поставьте в духовку на 7–9 минут.

«Волжские просторы»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 3 яблока, $^1/_2$ стакан молока, 2 яйца, 1 столовая ложка сливочного масла, корица.

Способ приготовления

Яблоки очистите от кожуры, удалите семечки и сердцевину, порежьте на небольшие кубики, присыпьте сахаром и корицей. Яйца взбейте, добавьте молоко и хорошо перемешайте. Обмакните ломтики хлеба в приготовленную смесь с двух сторон, посыпьте сахаром и положите на сковороду. Сверху на каждый ломтик положите яблоки и поставьте в духовку на 5–7 минут.

«Простое удовольствие»

Ингредиенты

1 батон, 100 г сливочного масла, 200 г колбасы, 3 помидора, зелень (любая).

Способ приготовления

Батон нарежьте тонкими ломтиками, колбасу – небольшими кусочками, помидоры – дольками. Сковороду смажьте маслом, положите на нее ломтики хлеба и обжарьте с обеих сторон. На готовые ломтики хлеба положите кусочки колбасы, сверху – дольки помидоров. Бутерброды украсьте зеленью.

«Курортная жизнь»

Ингредиенты

$^1/_4$ буханки хлеба (батона), 2 апельсина, 2 банана, $^1/_4$ часть граната, 1 стакан сметаны, $^1/_2$ стакана сахара, $^1/_2$ пакетика ванильного сахара.

Способ приготовления

Хлеб нарежьте тонкими ломтиками. Апельсины и бананы очистите и порежьте небольшими дольками. Нанизывайте на

шпажки поочередно дольки апельсина и банана, разделяя их кусочками хлеба. Шпажки поместите в духовку и подсушите хлеб. В это время приготовьте соус. Взбейте сметану с сахаром, добавьте ванильный сахар и зерна граната. Шпажки выложите на тарелку, рядом поставьте соус и приглашайте всех к столу.

«Чукотская сказка»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 2 столовые ложки майонеза, 100 г балыка или лососины, зелень (любая).

Способ приготовления

Хлеб подсушите в духовке. Балык порежьте на маленькие кусочки. Ломтики хлеба намажьте майонезом и положите сверху кусочки балыка.

Бутерброды украсьте зеленью.

«Сказание о репке»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 3–4 репы, 3 яйца, 1 стакан мяса креветок (крабов и т. п.), 1 $^1/_2$ стакана сливок, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки кетчупа, перец, соль.

Способ приготовления

Репу натрите на крупной терке, смешайте с $^1/_2$ стакана сливок, двумя ложками масла, посолите, поперчите, переложите в кастрюлю и поставьте на огонь. Тушите, пока репа не станет мягкой. Взбейте яйца со стаканом сливок, посолите и испеките омлет. Омлет разрежьте по форме ломтиков хлеба. Ломтики хлеба смажьте кетчупом, на каждый положите кусочек омлета, ложку репы, креветки, переложите на противень и поставьте в духовку на 1–2 минуты.

«Старичок-боровичок»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 50 г грибов (любых, свежих), 1 луковица, 1 яйцо, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка муки, 1 столовая ложка сметаны, сухари (толченые), перец, соль.

Способ приготовления

Яйцо взбейте, посолите и обмакните в него хлеб. Хлеб

обжарьте с обеих сторон на сливочном масле и переложите на противень, смазанный маслом. Грибы мелко порубите и обжарьте на сливочном масле вместе с луком. Добавьте сметану, муку, перец, соль и тушите 20 минут. Этот соус выложите на хлеб, сверху посыпьте сухарями и поставьте в духовку на 5 минут.

«Победа над вампирами»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 1 столовая ложка сливочного масла, 6–8 зубчиков чеснока, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления

Хлеб обжарьте с обеих сторон на сливочном масле. Чеснок мелко порубите и разотрите с солью. Каждый ломтик хлеба посыпьте чесноком и украсьте зеленью.

«Радуга»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 1 морковка, 1 картофелина (среднего размера), 100 г цветной капусты, $^1/_2$ кабачка (среднего размера), 2 яйца, 3 столовые ложки зеленого горошка (консервированного), 1 столовая ложка сливочного масла, 100 г сыра (любого), соль.

Способ приготовления

Морковь, капусту, кабачок, картофель отварите и порежьте кубиками. Добавьте зеленый горошек, взбитые со сливочным маслом яйца, соль и хорошо перемешайте. Овощи положите на ломтики хлеба, посыпьте тертым сыром и поставьте в духовку на 5 минут.

«Семеро козлят»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки молока, 2 яйца, 100 г капусты (свежей), 1 яблоко, 100 г тыквы, зелень (любая), сахар, соль.

Способ приготовления

Капусту, тыкву, зелень (любая), яблоко порубите, положите в кастрюлю, добавьте сливочное масло, соль, перец и тушите до готовности. Яйца взбейте, добавьте молоко и хорошо перемешайте. Обмакните ломтики хлеба в приготовленную смесь

и обжарьте с обеих сторон на сливочном масле. На обжаренный хлеб положите тушеные овощи. Бутерброды украсьте зеленью.

«Утро в разливе»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 луковицы, соль.

Способ приготовления

Хлеб обжарьте с обеих сторон на сливочном масле. Лук порежьте кольцами, положите на ломтики хлеба, посолите и поджарьте.

«Раковые шейки»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 2 столовые ложки сливочного масла, 7–8 раков, 3 помидора,

3 белка, 1 столовая ложка майонеза, зелень (любая).

Способ приготовления

Хлеб обжарьте в сливочном масле. Раков разделайте мясо и мелко порубите. Яичные белки и помидоры нарежьте маленькими кусочками и смешайте с мясом.

Каждый ломтик хлеба намажьте майонезом. Сверху положите приготовленный фарш и украсьте зеленью.

«Закуска сумиста»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, филе соленой сельди, $^1/_2$ стакан риса (вареного), 1 яйцо, 1 луковица, 1 столовая ложка сливочного масла.

Способ приготовления

Хлеб подсушите в духовке. Филе порежьте. Лук порубите и обжарьте на сливочном масле. Яйцо взбейте.

В кастрюлю положите филе, лук, рис, залейте взбитым яйцом, поставьте на огонь и прогрейте. Приготовленную массу намажьте на хлеб и запеките бутерброды в духовке.

«Красоты Гавайев»

Ингредиенты

2 стакана муки, 100 г сливочного масла, $^1/_2$ стакана сметаны, 1 стакан мяса креветок, 2 яйца, $^1/_2$ стакан маслин (без косточек), 2–3 огурца (соленых), $^1/_2$ стакана риса (вареного), 1 банка майонеза, соль.

Способ приготовления

Муку порубите с охлажденным маслом, добавьте сметану, соль, замесите тесто и поставьте его в холодильник на 1 час. Испеките из теста тарталетки в форме корзиночек. Яйца, мясо креветок, маслины, огурцы мелко порубите, добавьте рис, майонез и перемешайте. Этим фаршем наполните тарталетки и украсьте зеленью.

«Творожный десерт»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба (батона), 400 г творога, 2 яйца, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка сливочного масла, сухари (толченые).

Способ приготовления

Яйца разотрите с сахаром, добавьте творог, сливочное масло, сухари и хорошо перемешайте. Приготовленную массу намажьте на ломтики хлеба и поставьте в духовку на 1–2 минуты.

«Клубничный рай»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба (батона), 2 стакана клубники, 1 стакан яблочного сока, 1 столовая ложка сахара, 2 столовые ложки толченых сухарей, 2 яйца, 1 столовая ложка сливочного масла.

Способ приготовления

Яйца взбейте, обмакните в них ломтики хлеба, сверху посыпьте сухарями и обжарьте на сливочном масле.

Клубнику разомните, добавьте яблочный сок, сахар и взбейте до образования густой массы. Этой массой намажьте хлеб.

«Полная чаша»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 2 яйца, $^1/_2$ стакан молока, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка сливочного масла, фрукты и

ягоды (любые, консервированные).

Способ приготовления

Взбейте яйца, добавьте молоко, сахар и хорошо перемешайте. Разогретую сковороду смажьте маслом. Обмакните ломтики хлеба в приготовленную смесь, положите на сковороду и обжарьте с обеих сторон на сливочном масле. Консервированные ягоды и фрукты прогрейте в сахарном сиропе и выложите на хлеб.

«Вишневый сад»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба (батона), 1 стакан вишни (без косточек), 1 стакан сахара, 1 столовая ложка молока, 2 яйца, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Яйца взбейте, добавьте сахар, молоко, вишню, сливочное масло и хорошо перемешайте. Этой смесью залейте хлеб и поставьте в духовку на 5 минут.

«Сладкая жизнь»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 1 стакан молока, 1 яйцо, 2 чайные ложки сахара, 1 столовая ложка сливочного масла.

Способ приготовления

Яйцо взбейте, добавьте молоко, сахар и хорошо перемешайте. Хлеб положите на сковороду, смазанную маслом, залейте приготовленной смесью и жарьте 5 минут.

«Узник замка Иф»

Ингредиенты

10 сладких сухарей, 4 яйца, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка изюма, 2 столовые ложки сливочного масла, зелень (любая).

Способ приготовления

Желтки разотрите с сахаром, добавьте молоко и залейте этой смесью сухари на 20 минут.

Затем к сухарям добавьте изюм и взбитые белки. Эту массу выложите на противень и запеките в духовке.

При подаче порежьте на кусочки и украсьте зеленью.

«Покорение мужчин»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 8 котлет, 2 столовые ложки йогурта, 2 столовые ложки майонеза, 2 чайные ложки горчицы, $^1/_4$ чайной ложки укропа (сушеного), 1 огурец, 1 столовая ложка сливочного масла.

Способ приготовления

Огурец мелко порубите. В глубокой тарелке смешайте йогурт, майонез, горчицу, укроп и огурец.

Хлеб обжарьте на сливочном масле. На каждый ломтик положите котлету, а сверху полейте приготовленным соусом.

«Женское озеро»

Ингредиенты

8 рогаликов, 100 г сливочного масла, $^3/_4$ стакана сахара, 100 г мака (растертого), $^1/_2$ л молока.

Способ приготовления

Молоко вскипятите и налейте в глубокую тарелку, добавьте сахар, растопленное сливочное масло, мак и хорошо перемешайте.

Рогалики слегка подогрейте на сковороде, переложите на блюдо. Молоко налейте в пиалы и подавайте к столу.

«Тайна Скандинавии»

Ингредиенты

8 рогаликов, $^1/_2$ л молока, 200 г брынзы, 100 г сливочного масла.

Способ приготовления

Молоко вскипятите и налейте в глубокую тарелку, добавьте сахар, растопленное сливочное масло, тертую брынзу и хорошо перемешайте.

Рогалики слегка подогрейте на сковороде, переложите на блюдо. Молоко налейте в пиалы и подавайте к столу.

«Надежда»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 4 яйца, 2 столовые ложки маргарина, 3 баклажана (среднего размера), 3 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Одно яйцо взбейте. Обмакните в него ломтики хлеба и обжарьте их с обеих сторон. Приготовьте из баклажанов пюре и намажьте им хлеб. Три яйца сварите вкрутую, порежьте кружочками и положите на бутерброды.

«Серьезное предложение»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 2 столовые ложки маргарина, 8 луковиц (среднего размера), 100 г грудинки (копченой), 2 чайные ложки муки, 3 столовые ложки сметаны, 2 помидора, перец, соль.

Способ приготовления

Хлеб обжарьте с обеих сторон.

Лук, грудинку мелко порубите и потушите. Добавьте муку, сметану, соль, перец и хорошо перемешайте. Этой смесью намажьте хлеб, сверху положите дольки помидора.

«Расплавленное счастье»

Ингредиенты

8 ломтиков хлеба, 8 котлет, 100 г сыра (любого), 1 луковица, сливочное масло, перец, соль.

Способ приготовления

Лук мелко порубите и пожарьте. Сыр порежьте пластинками.

Намажьте хлеб маслом. На каждый ломтик положите жареный лук, затем котлету и пластинку сыра. Бутерброды переложите на противень и запекайте в духовке, пока сыр не расплавится.

«Контрасты жизни»

Ингредиенты

8 ломтей хлеба, 150 г колбасы, 1 помидор, 2 яблока, сливочное масло, хрен.

Способ приготовления

Ломтики хлеба обжарьте в масле с обеих сторон. Колбасу порежьте кружочками и тоже обжарьте. Яблоки натрите на крупной терке и обжарьте, добавив хрен.

На каждый ломтик хлеба положите кусочек колбасы, на него слой тертых яблок, а сверху дольку помидора.

Яичница

Глазуньи и болтушки

Глазунья «Горячий привет»

Ингредиенты

2–3 яйца, 20 г сливочного масла или жира (для жарения), соль.

Способ приготовления

Вбейте яйца в сильно разогретую сковороду, смазанную маслом или жиром. Вбивать нужно по одному яйцу. Глазунья будет готова, когда немного подрумянится.

Глазунья «Деревенская»

Ингредиенты

100 г свиного сала, 3 яйца, соль, зеленый лук.

Способ приготовления

Нарежьте сало небольшими кубиками и обжарьте на сильно разогретой сковороде. Сало поджарилось, и можно вбивать туда яйца. На подрумянившуюся яичницу покрошите зеленый лук.

А если вы считаете себя человеком необычным и любите соответствующую еду, то мы приглашаем вас приготовить яичницу по этому оригинальному рецепту.

Глазунья «Зимняя»

Ингредиенты

1 сельдь (среднего размера, лучше жирная, подойдет также селедочный фарш), 30 г сливочного масла, зеленый лук, 4–5 яиц.

Способ приготовления

Если Вы взяли селедку, а не фарш, то отделите ее от костей и мелко порежьте. Перемешайте с яйцами и вылейте на разогретую и смазанную маслом сковороду. Когда яичница будет готова, посыпьте ее мелко нарезанным луком.

Глазунья «Дачная фантазия»

Ингредиенты

8–10 яиц, 6 сухарей, 30 г масла, зеленый лук, специи (любые),

перец, соль.

Способ приготовления

Чтобы ваша яичница вышла удачной, возьмите глубокую сковороду, смажьте дно и стенки маслом.

Мелко порубите сухари, почти до крошки, посыпьте ими дно и стенки сковороды.

Яйца вбивайте по одному, отдельно каждое посолите, поперчите, посыпьте специями и положите по небольшому кусочку сливочного масла. Как только яйца поджарятся, посыпьте их зеленым луком и подавайте к столу.

Глазунья «Августовские звездочки»

Ингредиенты

10 яиц, 50 г сыра (любого), 5 помидоров (среднего размера), 10–15 зубчиков чеснока, 30 г сливочного масла, веточки укропа или петрушки, майонез, соль.

Способ приготовления

Сделайте яичницу-глазунью из всех яиц. Помидоры разрежьте пополам, осторожно удалите из них мякоть. Сыр натрите на мелкой терке, смешайте с измельченным чесноком. Получившуюся массу разложите поровну в помидоры.

Дальше от вас потребуется определенное мастерство – нужно будет в каждый помидор с сыром положить по одному яйцу так, чтобы оно не деформировалось и не вытекло. Не забудьте посолить.

«Звездочки» почти готовы, осталось украсить веточками петрушки или укропа. Можно также использовать мелко порезанный зеленый лук.

Глазунья «Монастырская»

Ингредиенты

4 яйца, 300 г белого хлеба, 40 г сливочного масла.

Способ приготовления

Разогрейте сковороду, смажьте ее маслом. Белый хлеб нарежьте небольшими ломтиками и обжарьте его с обеих сторон. Как только подрумянится вторая сторона, вбейте яйца. Посолите и поперчите по вкусу.

Глазунья «Бабушкина гордость»

Ингредиенты

2–3 яйца, $^1/_2$ стакана сметаны, 50–80 г сыра (любого), 20 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Растопите сметану на сковороде, вбейте туда яйца, немного посолите. На каждое яйцо положите по небольшому кусочку сливочного масла и поставьте сковороду в духовку. Через 3–4 минуты яйца посыпьте сыром, натертым на мелкой терке, и запекайте до готовности.

Глазунья «Завтрак по-американски»

Ингредиенты

6–8 яиц, 5 картофелин, 30 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Отварите картофель в соленой воде и после того, как он остынет, порежьте его кружочками толщиной 5–7 мм.

Разогрейте сковороду и растопите на ней масло или любой жир для жарения. Обжарьте ломтики картошки с обеих сторон и вбейте туда яйца по одному, не перемешивая. Завтрак будет готов, когда яйца немного подрумянятся.

Глазунья «Солнечная долина»

Ингредиенты

6–8 яиц, 4–5 картофеля (среднего размера), 20 г растительного масла, 1 луковица (небольшая), соль.

Способ приготовления

Картофель порежьте соломкой и поджарьте его на растительном масле вместе с луком. Не забудьте посолить. На обжаренный картофель аккуратно вбейте яйца. Когда яичница будет готова, немного посолите.

Глазунья «Десертная»

Ингредиенты

4 яйца, 30–40 г масла, 1 стакан смородинового варенья.

Способ приготовления

Масло разогрейте на сковороде. Отделите белки от желтков и по отдельности взбивайте. Затем вылейте массу на сковороду и,

как только яичница-болтушка подрумянится, переверните ее. После этого выложите «блин» на блюдо, смажьте его вареньем и сложите, чтобы получился полукруг. К столу подавайте в горячем виде.

Глазунья «Зигзаг удачи»

Ингредиенты

2–3 яйца, 30 г масла, 2 яблока, 1 груша, $^1/_2$ стакана черной смородины, 3 ягоды клубники (крупные), $^1/_2$ стакана вишни, соль.

Способ приготовления

Делайте яичницу-болтушку на сковороде, смазанной сливочным маслом. Когда остынет, выложите на отдельное блюдо.

Ягоды промойте, яблоки очистите от сердцевины и нарежьте небольшими дольками вместе с грушами. Из вишен удалите косточки и уложите их вместе со смородиной крупным зигзагом по краю яичницы в два ряда. В центре расположите ягодки клубники, а от них будут исходить «лучики» долек груш и яблок.

Глазунья «Молочные берега»

Ингредиенты

6 яиц, $^1/_2$ л молока, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Смешайте ингредиенты для этого блюда. Возьмите небольшую кастрюлю, смажьте ее стенки маслом и вылейте в нее смесь из яиц. Кастрюлю поставьте в другую, покрупнее, наполненную горячей, но не кипящей водой. Накройте маленькую кастрюлю крышкой. Варите яичницу до готовности. Подавайте к столу в охлажденном виде.

Глазунья «Провинциальная»

Ингредиенты

3 яйца, 30 г сливочного масла, 100 г творога, 3 столовые ложки сметаны, соль.

Способ приготовления

Разогрейте сильно сковороду, растопите на ней сливочное масло и вбейте туда яйца, посолите. Не доводя до полной

готовности, посыпьте сверху измельченным творогом и полейте сметаной. Подавать яичницу лучше горячей.

Болтушка «Курочка-Ряба»

Ингредиенты

3 яйца, 2 картофелины (крупные), 20 г растительного масла, зеленый лук, веточки петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Отварите картофель в соленой воде, и, пока он варится, взбейте отдельно белки и желтки, посолите их и затем смешайте. Подождите, пока сойдет пена. Когда картофель сварится, отложите его в сторону, чтобы он остыл. После этого порежьте картофелины на небольшие кубики и обжарьте их на растительном масле. Пока вы проделывали это, с яиц сошла пена, можете делать из них болтушку. Когда картошка подрумянится, вылейте на сковороду взбитые яйца. Готовую болтушку выложите на блюдо, не забудьте посыпать мелко нарезанным зеленым луком и украсить веточками петрушки или укропа по вашему вкусу.

Глазунья «Золушка»

Ингредиенты

2–3 баклажана или кабачка (крупных), 20 г растительного масла, 7 яиц, 20 г сливочного масла, $^1/_2$ стакана муки, перец, соль.

Способ приготовления

Баклажаны порежьте кружочками, предварительно очистив от кожуры. Положите ломтики в сильно соленую воду на 20 минут. Затем обваляйте их в муке и обжарьте в растительном масле, немного посолите и поперчите.

А если у вас есть только кабачки, не расстраивайтесь, вкус у «Золушки» получится еще нежнее. Кабачки тоже очистите от кожуры и косточек, если они есть, и порежьте кружочками толщиной 7–10 мм. Но их не нужно класть в соленую воду, а сразу обжаривайте. После того как они подрумянятся, немного поперчите и посолите.

На отдельной сковороде растопите сливочное масло или жир и вбейте туда яйца. Нужно, чтобы яйца не деформировались и не растекались. Если все яйца не умещаются в вашу сковороду, то пожарьте их в два или три приема.

Когда баклажаны и яйца будут готовы, возьмите один кружочек баклажана, смажьте майонезом и положите на него одно яйцо. Подавайте к столу в горячем виде.

Болтушка «Слабо?!»

Ингредиенты

6–7 яиц, 2 баклажана или кабачка (небольших), 40 г растительного масла, 1 луковица (крупная), 2–3 помидора.

Способ приготовления

Очистите баклажаны или кабачки от кожуры, порежьте их небольшими кубиками и потушите немного в растительном масле. Затем порежьте мелко лук и перемешайте с баклажанами, тушите 5–6 минут. Когда баклажаны и лук будут готовы, положите к ним нарезанные небольшими ломтиками помидоры. Когда помидоры обжарятся, вылейте в эту смесь взбитые яйца и запекайте до готовности. Можете украсить листочками базилика и веточками петрушки.

Болтушка «Дунайская»

Ингредиенты

1 кочан капусты (среднего размера), 2–3 морковки (небольшие), 5 яиц, 3 столовые ложки растительного масла, $^1/_2$ стакана томатной пасты, 2 луковицы, 1 лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Для того чтобы приготовить «дунайскую» яичницу-болтушку, нашинкуйте капусту и потушите ее на растительном масле. Через 10–15 минут добавьте нарезанную соломкой морковь, а потом лук и томатную пасту. Тушите все вместе еще 10–12 минут, а в конце посолите и положите лавровый лист.

А пока капуста готовится, взбейте яйца, перемешайте их с содержимым сковороды, следите, чтобы ничего не подгорело. «Дунайскую» яичницу-болтушку можно подавать с майонезом.

Болтушка «Нежность»

Ингредиенты

150–200 г вермишели, 3–4 яйца, 100 г сметаны, соль.

Для соуса: 20 г сливочного масла или маргарина, 3–4

столовые ложки томатной пасты, 1/4 стакана воды, 5 столовых ложек сметаны, 1 желток, сахар, соль.

Способ приготовления

Отварите вермишель в трех литрах воды, посолите по вкусу. Переложите ее на разогретую сковороду, где растоплена сметана. Залейте вермишель взбитыми яйцами, посолите, если это необходимо. Яично-вермишелевая смесь должна немного подрумяниться.

А теперь приготовьте томатный соус. Смешайте масло, томатную пасту и воду, сильно разогрейте их в маленькой сковороде. После этого добавьте кислую сметану, положите соль, сахар по вкусу и снова подогрейте на слабом огне. Снимите с огня и вылейте взбитый яичный желток – от этого вкус соуса будет просто восхитительным!

Болтушка «Рисовый рай»

Ингредиенты

1/2 стакана риса, 1 болгарский перец (крупный), 3 столовые ложки растительного масла, 4 яйца, зеленый лук, соль.

Способ приготовления

Отварите рис в соленой воде. В то время, пока варится рис, мелко порежьте лук и перец соломкой, обжарьте на растительном масле. Вот как раз и подоспел рис! Переложите его в сковороду с перцем и луком, перемешайте и ждите, пока он слегка подрумянится. Посмотрите, вот уже получается аппетитная и вкусно пахнущая основа для нашей яичницы! Взбейте в отдельной посуде яйца и вылейте в нашу основу. Посолите по вкусу. Если вы любите острую пищу, можете слегка поперчить. Но все-таки особенностью этой яичницы является ее чуть пресноватый вкус.

Глазунья «Любимая»

Ингредиенты

300 г грибов (любых), 1/2 стакана риса, 2 луковицы (небольшие), 4 столовые ложки растительного масла, 4 яйца, соль.

Способ приготовления

Варите рис в соленой воде. В это время порежьте грибы небольшими ломтиками и обжарьте их в растительном масле вместе с луком. Когда рис сварится, смешайте его с грибами,

пусть он немного подрумянится. После этого вбейте в сковороду все яйца, не перемешивая. Посолите, если это необходимо. Чтобы вкус у вашей яичницы был поистине необыкновенным, покрошите в нее мелко нарезанный зеленый лук.

Болтушки и глазуньи можно использовать не только как самостоятельное блюдо, но и как компонент других закусок. Вот рецепт такого блюда.

«Фаршированные помидоры»

Ингредиенты

5–6 помидоров, 6–7 яиц, 2 луковицы (некрупные), 150–200 г колбасы или ветчины, 4 картофелины, веточки петрушки или укропа, соль.

Способ приготовления

Отварите картофель в соленой воде. И после того как он будет готов и немного остынет, порежьте его очень мелко.

Так же покрошите лук и ветчину, заправьте смесь майонезом.

Яйца взбейте и поджарьте. Следите внимательно, чтобы яичница не подгорела. Как только она остынет, порежьте ее и добавьте к смеси из ветчины, картофеля и лука.

Вы не забыли о помидорах? Помойте, срежьте у них верхушки и удалите изнутри мякоть. Каждый помидор наполните смесью и украсьте веточками петрушки и укропа. Подавайте к столу с холодными закусками и салатами. Вот несколько таких закусок мы и хотим вам предложить.

Омлеты

Омлеты готовить вам будет немного труднее, чем яичницы или болтушки. Взбивать яйца для омлета нужно тщательнее, и сковорода должна быть больше и массивнее. Перед тем как выпекать омлет, стенки сковороды смажьте маслом или жиром.

«Ленивый»

Ингредиенты

4 яйца, 150 г сыра (любого), 50 г сливочного масла или жира (любого), 3–4 помидора, зеленый лук, соль.

Способ приготовления

Помидоры вымойте и очистите от кожуры. Для этого обдайте их кипятком и осторожно снимите кожицу. После того как вы проделаете эту процедуру, порежьте мякоть кусочками. Разогрейте сковороду, смажьте ее сливочным маслом и немного обжарьте помидоры. Как только все будет готово, уложите их на тарелку.

А теперь приступайте к приготовлению омлета. Яйца взбейте с солью и добавьте мелко нарезанный зеленый лук и сыр, все вместе перемешайте. Оставшееся сливочное масло растопите на сковороде, вылейте приготовленную массу и выпекайте омлет 5–8 минут. После того как он слегка подрумянится, выложите его на помидоры.

Если хотите, можете посыпать блюдо зеленью укропа, петрушки или оставшимся зеленым луком.

Может оказаться, что вы обнаружили у себя грибы, купленные когда-то по случаю, и не знаете, что с ними делать. Мы посоветовали бы вам приготовить этот омлет.

«Грибной»

Ингредиенты

300 г грибов (лучше шампиньонов), 5 яиц, $^1/_2$ стакан муки, сливочное масло или жир (любой, для жарения), $^1/_4$ стакан воды, зеленый лук, петрушка, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мелко порежьте грибы и жарьте их с зеленью и специями.

Пока грибы тушатся, приготовьте омлет. Для этого отделите

белки от желтков, белки тщательно взбейте. А из желтков, воды (лучше взять минеральную негазированную) и муки приготовьте густую смесь. Затем смешайте с белками и поджаренными грибами.

Выпекайте омлет на смазанной жиром или маслом разогретой сковороде. Подавать к столу его лучше горячим.

«Улыбка»

Ингредиенты

6–9 яиц, 300 г ветчины или колбасы, 30 г сливочного масла, специи (любые), соль.

Способ приготовления

Мелко порубите ветчину, отложите несколько кусочков. В оставшуюся вбейте все яйца, посолите, добавьте специи по вкусу и тщательно перемешайте. Затем разогрейте сковороду, смажьте ее маслом и вылейте взбитые яйца с ветчиной. Омлет печется 8–10 минут.

Как только омлет будет готов из ветчины, которую вы оставили, выложите на омлете лучезарную улыбку.

«Оригинальный»

Ингредиенты

6–9 яиц, 300 г ветчины, 1 луковица (средних размеров), 30 г масла, специи (любые), соль.

Способ приготовления

Смажьте маслом разогретую сковороду и обжарьте ветчину вместе с луком. А отдельно взбейте яйца с солью и перцем, можете добавить специи по вашему вкусу.

После того как ветчина подрумянится, вылейте смесь в сковороду. Омлет готовится 10 минут.

Когда он поджарится, сверните его в трубочку и так положите на тарелку. Вокруг можете уложить порезанные дольками помидоры и огурцы.

«Верный Мишель»

Ингредиенты

200 г вермишели или лапши, 100 г творога, $^1/_2$ стакана сметаны, 5–6 яиц, $^1/_2$ стакан молока, соль.

Для оригинального соуса: $^3/_4$ стакана джема (любого, но лучше смородинового или сливового), 2 чайные ложки горчицы.

Способ приготовления

Отварите вермишель или лапшу в соленой воде. Растопите сметану на сильно разогретой сковороде и поджарьте на ней вермишель.

Приготовьте омлет следующим образом: взбейте белки и смешайте их с желтками, творогом и молоком, посолите. Вылейте смесь в поджаренную вермишель, выпекайте 8–10 минут до готовности.

Но вкус у получившегося омлета будет поистине сказочным, если к столу Вы подадите его с нашим оригинальным соусом. А приготовить его очень легко, с этим может справиться даже начинающий кулинар. Перемешайте в соуснице джем с горчицей – и соус готов, только к столу его лучше подавать в охлажденном виде.

«Деревенское утро»

Ингредиенты

4–5 яиц, 20 г сливочного масла, зелень укропа или петрушки, перец, соль.

Для соуса: 1 стакан сметаны (негустой), 1 столовая ложка муки, 2 желтка, 2 чайные ложки сахара, 30 г сливочного масла.

Способ приготовления

Приготовьте сначала соус: сметану, сахар и муку смешайте в кастрюле, поставьте на небольшой огонь и следите за тем, чтобы он не подгорел. Как только соус загустеет, процедите его через сито и вбейте туда яичные желтки. Все смешайте – и соус готов.

Приготовьте омлет: мелко порежьте зелень петрушки, смешайте со взбитыми яйцами, солью и выпекайте его в течение 8–10 минут. Затем выложите его на противень, полейте соусом и поставьте в уже прогретую духовку на 15–20 минут. Подавать к столу лучше в горячем виде, можете посыпать корицей.

«Детский»

Ингредиенты

10 яиц, соль.

Для соуса: 500 г сливок, 30 г сливочного масла, 2 столовые

ложки муки, 1 столовая ложка сахара.

Способ приготовления

Ингредиенты для соуса смешайте в одной небольшой кастрюле и поставьте на огонь. Можете добавить в него ванили, цедру лимона или апельсина. Как только соус загустеет, снимите его с огня.

Яйца тщательно перемешайте и выпеките из них несколько тонких омлетов-блинов. Еще горячие блины смажьте каким-нибудь вареньем или джемом, скатайте в трубочки. На блюдо выложите готовые трубочки и полейте сливочным соусом.

«Омлет по-неаполитански»

Ингредиенты

4–5 яиц, 4 столовые ложки молока или сливок, 40 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Начните с соуса: растопите на сковороде 20 г сливочного масла, высыпьте муку и пассеруйте несколько минут. Затем добавьте томатной пасты, пусть все потушится. Через 5–7 минут положите сметану, спустя 3 минуты соус готов. Когда готовите этот соус, будьте внимательны и следите, чтобы он не подгорел.

А теперь займитесь приготовлением омлета.

Взбейте яйца вместе со сливками или молоком, посолите по вкусу. Возьмите самую массивную сковороду, какая у вас есть, смажьте ее маслом. Как только она разогреется, вылейте в нее смесь из яиц и выпекайте до готовности.

Выложите омлет на блюдо и подайте вместе с соусом.

«Королева»

Ингредиенты

8–10 яиц, $^3/_4$ стакана молока, $^1/_4$ стакан муки, 30 г сливочного масла, немного брынзы, соль.

Способ приготовления

В небольшой посуде тщательно взбейте молоко с мукой, чтобы не было комочков. Добавьте отдельно желтки, взбитые белки и измельченную брынзу. Все перемешайте до образования однородной массы, посолите по вкусу.

В это время разогрейте сковороду, смажьте маслом и вылейте в нее яйца. Как только омлет подрумянится с одной стороны,

переверните его на другую и тоже обжарьте.

Подавать к столу омлет лучше всего в горячем виде.

«Россиянка»

Ингредиенты

3 яйца, 200 г мясного бульона, перец, соль.

Способ приготовления

В кипящий мясной бульон вбейте все яйца и варите, не переставая помешивать, посолите и поперчите по вкусу. Яйца сверху должны свариться.

Каши

Каши из гречневой крупы

Каши из гречневой крупы очень полезны. В этой книге мы постарались собрать все известные рецепты ее приготовления.

«Одинокий остров»

Ингредиенты

3 стакана воды, 1 $^1/_2$ стакана гречневой крупы, 2 столовые ложки сливочного масла или $^1/_2$ л молока, соль.

Способ приготовления

Тщательно переберите крупу, затем насыпьте ее в кастрюлю, залейте водой и поставьте на огонь. После закипания добавьте соль и варите минут 10.

Готовую кашу выложите на тарелки, добавьте сливочное масло или молоко. Ваш завтрак готов.

«Молочный залив»

Ингредиенты

2 стакана гречневой крупы, 4 $^1/_2$ стакана молока, $^1/_2$ стакана сливок, соль.

Способ приготовления

Гречку всыпьте в кастрюлю, добавьте молоко, поставьте на огонь и варите до полного выкипания молока. Добавьте сливки, соль и поставьте на 10–15 минут в духовку.

«Любителям мясного»

Ингредиенты

2 $^1/_2$ стакана гречневой крупы, 3 $^1/_2$ стакана воды или мясного бульона, 100 г шпика, 2–3 луковицы, 1 яйцо, соль.

Способ приготовления

На горячую сковороду положите мелко нарезанный шпик, добавьте лук и жарьте до образования золотистой корочки. Переложите шпик и лук на отдельное блюдо, а в сковороду насыпьте крупу и слегка поджарьте. В кастрюлю налейте воды, посолите, вскипятите и добавьте охлажденную крупу. Варить до готовности.

«Грибная поляна»

Ингредиенты

2 $^1/_2$ стакана гречневой крупы, 2–3 гриба (любых, сушеных), 3 стакана грибного бульона, $^1/_2$ стакана сметаны, 2–3 луковицы, 3–4 столовые ложки масла.

Способ приготовления

Сварите сушеные грибы. Выложите мелко нарезанные лук и грибы на горячую сковороду, добавьте сметану и доведите до кипения.

На другой сковороде обжарьте гречневую крупу без масла и всыпьте ее в кипящий грибной бульон. Положите масло и варите до готовности.

Когда каша будет готова, смешайте ее с обжаренными грибами и луком.

«Добыча грибника»

Ингредиенты

1 $^1/_2$ стакана гречневой крупы, 2–3 гриба (любых, сушеных), $^1/_2$ стакан сливочного масла, $^1/_2$ стакан грибного отвара.

Способ приготовления

Тщательно промойте гречневую крупу, подсушите ее, слегка обжарьте и положите в кастрюлю.

В другой кастрюле отварите грибы, мелко нарежьте их и переложите в кастрюлю с крупой, добавьте растопленное масло и грибной отвар. Кастрюлю поставьте в духовку на час.

«Воспоминания о Швейцарии»

Ингредиенты

1 $^1/_2$ стакана гречневой крупы, 4 столовые ложки сливочного масла, 100 г сыра (любого).

Способ приготовления

Сварите гречневую кашу (см. рецепты выше). Сыр натрите на крупной терке.

Кастрюлю смажьте сливочным маслом и уложите в нее слоями кашу и тертый сыр так, чтобы последний слой был сырным. Сверху полейте растопленным сливочным маслом и поставьте в горячую духовку.

«Студенческая»

Ингредиенты

2 $^{1}/_{2}$ стакана гречневой крупы, 300 г ливера, 1–2 луковицы, 2 столовые ложки сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Сварите гречневую кашу.

Ливер промойте, положите в кастрюлю, залейте водой, добавьте соль по вкусу и варите на слабом огне, пока он не станет мягким. Готовый ливер охладите и пропустите через мясорубку. На сковороде, смазанной маслом, обжарьте мелко нарезанный лук до золотистой корочки, затем добавьте ливер, поперчите и жарьте еще минут 10.

Ливер смешайте с кашей.

«Слоеный сюрприз»

Ингредиенты

2 стакана гречневой крупы, 4 стакана воды, 2 столовые ложки сливочного масла, 4–5 яиц, $^{1}/_{2}$ стакан сухарей, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Гречневую крупу всыпьте в кастрюлю, залейте кипятком, посолите, добавьте масло и поставьте в духовку на час. Яйца мелко порубите.

Форму смажьте сливочным маслом и посыпьте сухарями. Уложите в нее слоями кашу с яйцами так, чтобы последний слой был из каши. Сверху посыпьте сухарями и поставьте в духовку на 10–15 минут.

«Завтрак дикаря»

Ингредиенты

2 стакан гречневой каши (рассыпчатой), 200 г печени (жареной), 1 луковица, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 яйца, 250 г шпика, соль.

Способ приготовления

Пропустите через мясорубку жареную печенку, добавьте мелко нарезанный поджаренный лук, порубленные яйца. Гречневую кашу смешайте с растопленным сливочным маслом. Все тщательно перемешайте.

В кастрюлю положите шпик и обжарьте его с двух сторон. Затем насыпьте в него кашу, сверху положите несколько ломтиков шпика, поставьте в духовку и запекайте до образования золотистой корочки.

«Блуждающие огни»

Ингредиенты

2 стакана гречневой крупы, 1 яйцо, 3 столовые ложки сахара, 2 стакана сметаны, 3 столовые ложки изюма, $^1/_2$ чайной ложки горчицы.

Способ приготовления

Вбейте одно яйцо в крупу, перемешайте. Готовую массу выложите на противень и поставьте в духовку минут на 20.

Крупу просейте через дуршлаг, добавьте сметану, сахар, изюм, переложите на заранее смазанную маслом сковороду и поставьте в духовку. Выпекайте в духовке минут 30–40.

«Дары юга»

Ингредиенты

1 стакан гречневой крупы, $^1/_2$ стакана чернослива, $^1/_2$ стакана груш (сушеных), 4 стакана воды, 4 столовые ложки сливок, соль.

Способ приготовления

Замочите чернослив и груши на 1 $^1/_2$ часа. Затем отварите фрукты в этой же воде. Отвар процедите и сварите в нем рассыпчатую кашу.

Готовую кашу украсьте отварными сухофруктами и сливками.

«Снежная вершина»

Ингредиенты

2 стакана гречневой крупы, 2 яйца, 4 стакана молока, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 стакана сливок, 3 столовые ложки сахара, 5 желтков (сырых), соль.

Способ приготовления

Гречневую крупу перетрите с двумя сырыми яйцами. Выложите получившуюся массу на кондитерский лист или противень и высушите в духовом шкафу.

Сварите на подсоленном молоке рассыпчатую кашу из гречневой крупы, добавьте в нее сливочное масло, остудите.

Когда каша совсем остынет, перетрите ее сквозь сито на тарелку.

Сливки смешайте с сахаром и вскипятите. Затем взбейте желтки, размешайте их с оставшимися сливками, поставьте на огонь и, помешивая, нагрейте до загустения. Заправка готова. Готовую кашу разложите по тарелкам и полейте заправкой.

«Райский сад»

Ингредиенты

$^1/_2$ стакана гречневой крупы, 1 $^1/_2$ стакана воды, 5 яблок, 2 столовые ложки рубленых грецких орехов, 1 столовая ложка изюма, 4 столовые ложки сливочного масла, мускатный орех на кончике ножа (молотый).

Способ приготовления

Сварите гречневую кашу.

Яблоки нарежьте дольками и смешайте с кашей. Добавьте рубленые ядра грецких орехов, изюм, мускатных орехов.

«Недосягаемость»

Ингредиенты

1 $^1/_2$ стакана гречневой крупы, 3 стакана воды, 2 стакана кефира, 3 столовые ложки меда, ванилин на кончике ножа, соль.

Способ приготовления

Сварите гречневую кашу.

Кефир влейте в кастрюлю, поставьте на огонь, подогрейте, добавьте мед, ванилин. Все тщательно смешайте и варите несколько минут. Готовую кашу разложите по тарелкам и полейте подготовленным кефиром.

«Млечный Путь»

Ингредиенты

2 стакана ядрицы, 12 чернослив, 1 столовая ложка клюквенного сока, 1 столовая ложка орехов (любых).

Способ приготовления

В 3 столовых ложках воды замочите нарезанный чернослив на 9 часов. Отдельно намочите ядрицу тоже на 9 часов. По истечении времени слейте воду с крупы, дайте ей подсохнуть, налейте в нее воды и варите до готовности вместе с черносливом. Добавьте орехи и клюквенный сок.

Манные каши

Кого из нас в детстве не кормили манной кашей. Мы же хотим разнообразить ваше меню, поэтому среди наших рецептов вы найдете много необычных и очень вкусных.

«Антарктида»

Ингредиенты

1 стакан манной крупы, 5 стаканов молока, 1 столовая ложка сахара, $^1/_2$ чайной ложки соли.

Способ приготовления

Вскипятите молоко, посолите, всыпьте крупу и варите 15 минут, постоянно помешивая. В конце варки добавьте сахар, размешайте. Каша готова.

«Плавающий айсберг»

Ингредиенты

1 стакан манной крупы, 5 стаканов молока, 1 столовая ложка сахара, $^1/_2$ чайной ложки соли, 1 столовая ложка сливочного масла, 3 желтка, $^1/_2$ стакана молока.

Способ приготовления

Сварите манную кашу.

Смешайте 1 столовую ложку сливочного масла, 3 желтка и $^1/_2$ стакана молока. Сливочное масло разотрите с желтками, добавьте молока. Кашу разложите по тарелкам и в каждую налейте приготовленный соус.

«Угощение для белочки»

Ингредиенты

$^1/_2$ стакана манной крупы, 4 стакана молока, 2 столовые ложки сахара, 30 г грецких орехов, 1 яйцо, ванилин, соль.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте молоко, вскипятите, добавьте сахар, соль и, помешивая, всыпьте крупу. Кашу варите 15 минут, постоянно помешивая.

В эмалированной посуде, помещенной в горячую воду, слегка

взбейте одно яйцо. Кружку выньте из воды и взбейте яйцо до образования густой пены. Влейте взбитое яйцо в кашу. Кашу охладите. Грецкие орехи мелко нарубите, посыпьте ванилином и смешайте с кашей.

«Песчаный берег»

Ингредиенты

1 стакан манной крупы, 1–2 морковки, 4–5 стаканов молока, 2–3 столовые ложки изюма или 8–10 штук инжира, 1 стакан сахара, 3 столовые ложки масла.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте 1 стакан молока, добавьте тертую морковь, сахар, масло, поставьте на огонь и тушите минут 10–15. Затем влейте оставшееся количество молока, вскипятите и, помешивая, всыпьте манку. Варите на слабом огне 15 минут.

В конце варки добавьте изюм (или инжир) и варите до полной готовности.

«Тройное удовольствие»

Ингредиенты

1 стакан манной крупы, 2 стакана молока или сливок, 2 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки сливочного масла, $^1/_2$ стакана измельченных орехов или цукатов, 2 яйца, 2 столовые ложки варенья (любого) или меда, 150 г теста слоеного или сдобного пресного.

Способ приготовления

Орехи залейте горячей кипяченой водой. Минут через 5 выньте их, очистите от кожицы, истолките и опять добавьте немного воды.

Теперь вам надо приготовить пенки. Для этого в неглубокую кастрюлю налейте молока или сливок и поставьте ее в духовку. Как только образуется пленка, снимите ее вилкой и топите молоко дальше, пока не снимете 5–6 пенок. В оставшееся молоко или сливки всыпьте крупу и сварите кашу. В готовую кашу добавьте орехи, масло, сахар и перемешайте.

Далее вам потребуется большая форма. Смажьте ее маслом и выложите из слоеного теста, смазанного яйцом, бордюр. В середину положите слой пенок, затем слой каши и т. д. Сверху посыпьте сахаром, тесто смажьте яйцом. Форму поставьте в духовку и запекайте кашу минут 10–15.

Кашу вы можете подавать с вареньем или медом.

«Сливки общества»

Ингредиенты

2 $^1/_2$ стакана сливок или молока, $^1/_2$ стакана манной крупы или риса, 3 яйца, 1 столовая ложка сливочного масла, $^1/_2$ стакана толченых грецких или лесных орехов, $^1/_2$ стакана цукатов (измельченных) или фруктов из варенья, 1 столовая ложка сахара, корица на кончике ножа.

Способ приготовления

В неглубокую кастрюлю налейте $^1/_2$ стакана сливок или молока, поставьте в духовку и снимайте пенки до тех пор, пока все молоко не обратится в пенки. Пенки нарежьте.

Сварите манную кашу (см. рецепт выше), остудите и смешайте с кашей $^1/_2$ стакана сливок, 3 желтка, 1 столовой ложкой сливочного масла. Добавьте пенки, орехи, цукаты, всю перемешайте.

Форму смажьте сливочным маслом, положите в нее приготовленную массу, сверху посыпьте сахарным песком, корицей и поставьте в нагретую духовку на 30 минут. Готовую кашу украсьте цукатами, фруктами и орехами.

«Баловням судьбы»

Ингредиенты

$^1/_2$ стакана манной крупы, 2 стакана молока, $^1/_2$ стакана измельченных грецких орехов или цукатов, 2 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 яйца, 10 абрикосов, 2 столовые ложки сахара, 3–4 столовые ложки воды, ванилин на кончике ножа, соль.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте молоко, вскипятите его, посолите, всыпьте манку и варите до готовности. Готовую кашу охладите и смешайте с сахаром, растертым с желтками яиц. На разогретую сковороду, смазанную сливочным маслом, положите ядра орехов, обжарьте их и добавьте взбитые белки. Орехи со взбитыми белками переложите в кашу и перемешайте.

Приготовьте форму. Смажьте ее маслом и выложите на нее слой каши. На этот слой положите абрикосы и накройте сверху их молочными пенками, затем положите еще один слой каши. Форму поставьте в духовку и запеките до образования золотистой

корочки.

Приготовьте соус. Порежьте абрикосы на маленькие кусочки и положите их в кастрюлю. Добавьте сахар, воду и варите до тех пор, пока фрукты не разварятся.

Готовую кашу сверху посыпьте измельченными орехами, украсьте фруктами и цукатами. Вместе с кашей подайте соус.

«Вишневый аромат»

Ингредиенты

$^3/_4$ стакана манной крупы, $^1/_2$ кг вишни, 2 яйца, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 пакетик ванильного сахара, 1 л пахты, цедра $^1/_4$ части лимона, $^1/_2$ стакана сахара.

Способ приготовления

Сварите манную кашу (см. рецепт выше) на пахте. В кашу всыпьте сахар, ванильный сахар, положите цедру лимона и варите 2 минуты. Снимите кашу с огня, добавьте 2 желтка, перемешайте, а когда каша немного остынет – взбитые белки. Еще раз тщательно перемешайте. Форму смажьте маслом и укладывайте в нее слоями: кашу, затем вишню без косточек, сахар. Последний слой должен быть из каши. Сверху положите масло и поставьте форму в разогретую духовку на 15–20 минут.

«Итальянские солнышки»

Ингредиенты

$^3/_4$ стакана манной крупы, $^1/_2$ л молока, 2 яйца, 2 столовые ложки сливочного масла, 4 столовые ложки тертого сыра, 1 чайная ложка мускатного ореха, соль.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте молоко, положите масло, мускатный орех, посолите, поперчите и доведите до кипения. Затем всыпьте манную крупу и сварите густую манную кашу. В кашу вбейте яйца, добавьте тертый сыр, все тщательно перемешайте и дайте остыть. Из каши вылепите небольшие лепешки, смажьте их маслом, положите на противень, присыпьте сверху тертым сыром и поставьте в духовку на 10–15 минут.

Рисовые каши

Рис, как известно, пришел к нам с Востока. В этом разделе вы найдете рецепты блюд не только стран Азии, но и Запада и даже Америки.

«Завтрак мандарина»

Ингредиенты

1 стакан воды, $^3/_4$ стакана риса, $^3/_4$ стакана мелконарезанного зеленого перца, $^1/_2$ стакана мелконарезанного сельдерея, $^1/_2$ чайной ложки соли, 400 г помидоров (консервированных), 1 чайная ложка порошка чили, $^1/_8$ чайной ложки черного молотого перца.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воды. Положите перец, лук, сельдерей, посолите, доведите до кипения, уменьшите огонь и варите 5 минут. Затем добавьте рис, порошок чили, черный перец, помидоры, доведите до кипения и варите еще 20 минут.

«Острое ощущение»

Ингредиенты

1 стакан мелконарезанных грибов (любых, свежих), $^3/_4$ стакана риса, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 стакана куриного или мясного бульона, 2 столовые ложки белого сухого вина, 1 столовая ложка тертого сыра (любого).

Способ приготовления

В разогретой сковороде растопите масло. Положите грибы, рис, лук и жарьте 10 минут. Затем влейте бульон и вино, доведите до кипения, уменьшите огонь и варите 20 минут. Когда рис будет практически готов, добавьте сыр и через несколько минут подавайте к столу.

«Белое облако»

Ингредиенты

$^1/_5$ стакана риса, 3 стакана молока, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте молоко, вскипятите, всыпьте промытый рис, добавьте соль и варите 20 минут. В готовую кашу положите сливочное масло.

«Грибное раздолье»

Ингредиенты

1 стакан риса, 6–7 штук грибов (любых, сушеных), 3 столовые ложки сливочного масла, 1 луковица, соль.

Способ приготовления

Грибы замочите в холодной воде часа на полтора, промойте и отварите в воде, в которой грибы замачивались. Готовые грибы мелко порубите, а грибной отвар вскипятите, посолите, добавьте масло, поджаренный репчатый лук и рис. Минут через 15 положите грибы и поставьте кастрюлю в слабо разогретую духовку на 10 минут.

«Восток и Запад»

Ингредиенты

1 стакан риса, 2 стакана воды, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 стакан молочного соуса, 1 стакан тертого сыра (любого), соль.

Способ приготовления

Сварите рисовую кашу.

Кашу выложите в сотейник, полейте молочным соусом, посыпьте тертым сыром и поставьте в духовку на 5–10 минут.

«Сбывшиеся мечты»

Ингредиенты

1 стакан риса, 4 стакана молока, 1 столовая ложка сахара, соль.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воды, вскипятите, добавьте рис и варите 5–8 минут. Рис откиньте на дуршлаг, дайте воде стечь и затем переложите его в горячее подсоленное молоко. Варите на слабом огне 15 минут. В кашу добавьте сахар. Для упревания поставьте кашу на 10–15 минут на водяную баню. В готовую кашу положите сливочное масло.

«Сладкоежкам»

Ингредиенты

1 1/2 стакана риса, 2 1/2 стакана воды, 1/2 стакан молока, 3 столовые ложки сахара, 1/2 чайной ложки горчицы, 3–4 столовые ложки сливочного масла.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воды, вскипятите, добавьте риса, закройте кастрюлю крышкой и варите 10–15 минут на сильном огне, затем немного убавьте его и варите еще 5–7 минут. Готовый рис переложите в другую кастрюлю, влейте горячее молоко, добавьте сахар, пряности, масло и поставьте кастрюлю на 3–4 минуты в духовку.

«Зебра»

Ингредиенты

1 1/2 стакана риса, 4 1/2 стакана молока, 1 1/2 столовой ложки масла, 1/5 стакана сахара, 100 г шоколада, 1/2 столовой ложки сахарной корицы, порошок шафрана (на кончике ножа).

Способ приготовления

Залейте рис кипятком и вскипятите. Рис откиньте на дуршлаг и промойте его холодной водой.

В отдельной кастрюле вскипятите молоко, добавьте в него масло, приготовленный рис и варите до готовности.

Шоколад разотрите и смешайте его с 2 столовыми ложками горячей воды и с 1/3 стакана сахара.

Готовый рис разделите на две части. Одну часть смешайте с шоколадом, в другую добавьте 1/2 стакана сахара и рюмку шафранового настоя.

В заранее смазанную маслом и посыпанную сухарями форму или сковороду положите рядами рис и поставьте в нагретую духовку на 15 минут.

Готовую кашу выложите на блюдо, сверху посыпьте сахаром, смешанным с корицей.

«Рисовый замок»

Ингредиенты

1 стакан риса, 2 стакана воды, 1 стакан молока, 2 яйца, 5 инжирин, 5 фиников, 3 столовые ложки изюма, 1/5 чайной ложки молотого имбиря, 2 столовые ложки сахара, ягоды или фрукты

(любые, свежие).

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воды, вскипятите, посолите, всыпьте рис и варите 10 минут.

В рис добавьте мелко нарубленный инжир, финики, изюм, сахар, имбирь. Все перемешайте, влейте молоко и тушите на слабом огне минут 10–15. Когда каша будет готова, добавьте в нее взбитые белки, выложите ее на тарелку и поставьте в холодильник на 1 $^1/_2$ часа. Готовый пудинг украсьте свежими ягодами или дольками фруктов.

«Утро в Китае»

Ингредиенты

1 стакан риса, 1 луковица, 3–4 зубчика чеснока, 2 штуки кардамона, $^1/_2$ чайной ложки молотого имбиря, $^1/_2$ чайной ложки горчицы, $^1/_2$ чайной ложки острого красного перца, 2 столовые ложки растительного масла, 2 стакана воды, 1 чайная ложка соли.

Способ приготовления

Чеснок и половину луковицы мелко порубите, положите в заранее разогретую сковороду и обжарьте в растительном масле до золотистого цвета. Рис тщательно промойте и положите на сковороду с луком. Жарьте, пока зернышки риса не станут матовыми. Затем влейте кипящую воду, дайте закипеть, убавьте огонь, накройте крышкой и тушите, пока рис не впитает в себя всю воду. Оставшийся лук порежьте кольцами, пережарьте в растительном масле и украсьте им готовый рис.

«Мудрость ламы»

Ингредиенты

1 стакан риса, 4–5 грибов (любых), 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления

Отварите грибы в подсоленной воде.

В сковороду налейте растительное масло и пережарьте в нем промытый рис.

В отдельной сковороде обжарьте лук, нарезанный кольцами, и добавьте его в рис, туда же положите мелко нарубленные грибы. Все перемешайте, залейте 2 стакана грибного бульона, поставьте в не очень горячую духовку и тушите, пока вся вода не

выкипит.

«Сила самурая»

Ингредиенты

1 стакан риса, 1 морковка (большая), 2 стакана воды, 1 луковица, 2–3 лавровых листика, 1/4 стакана растительного масла, 1/3 чайной ложки соли.

Способ приготовления

Морковь натрите на терке и смешайте с промытым рисом. Добавьте воду, соль, половину масла. Все тщательно перемешайте, переложите в глубокую кастрюлю или сотейник и поставьте на огонь. Как только вода закипит, положите мелко нарубленный лук и уменьшите огонь. Когда воды останется совсем чуть-чуть, добавьте оставшееся масло, положите специи, перемешайте и поставьте кастрюлю (сотейник) в разогретую духовку на 30 минут. Через полчаса духовку выключите, но не вынимайте кастрюлю, а оставьте ее на 15 минут.

«Нежное прикосновение»

Ингредиенты

1 стакан риса, 2–3 соцветия цветной капусты, 1 луковица, 6 гвоздичек, 6 зубчиков чеснока, 2 кардамона, 1/2 чайной ложки красного острого перца, 1/5 чайной ложки толченого имбиря, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 стакана простокваши, 2 стакана воды (горячей, кипяченой), 2 чайные ложки соли.

Способ приготовления

На разогретой сковороде обжарьте цветную капусту в масле, посолите, поперчите.

На отдельной сковороде обжарьте мелко рубленный чеснок, кардамон, рис и гвоздику. Как только рис станет матовым, добавьте к нему капусту, имбир, посолите и жарьте 5 минут. Затем влейте простоквашу, воду, доведите до кипения, убавьте огонь и тушите до готовности. Когда будете подавать рис к столу, то украсьте его зеленью или свежими овощами.

«Малазийский сюрприз»

Ингредиенты

1 1/2 стакана риса, 150 г сливочного масла, 1 стакан кураги, 1 стакан изюма, 1 стакан слив (кислых), 2 персика, 1 стакан

измельченных ядер грецких орехов или миндаля, 1 столовая ложка меда, 2 столовые ложки сахара, 1/2 стакана сока (кислого), 1 чайная ложка корицы, 2–3 гвоздички, 1/4 стакана воды, 1 чайная ложка растительного масла, 2 стакана муки.

Способ приготовления

Рис отварите до полуготовности и промойте его холодной водой. Замесите тесто из муки, воды и растительного масла. Скатайте одну лепешку. В глубокой кастрюле (или сотейнике) растопите 50 г сливочного масла. Положите на дно лепешку, на нее – рис, а сверху – 50 г сливочного масла. Кастрюлю (или сотейник) поставьте на слабый огонь на 40 минут.

В это время займитесь приготовлением соуса. Все фрукты порежьте на маленькие кусочки, заранее вынув из персиков и слив косточки и очистив их от кожицы. Фрукты положите в сковороду, смазанную сливочным маслом, добавьте орехи и обжарьте. Из сахара, меда и кислого сока сварите сироп. Когда сироп закипит, положите в него корицу, гвоздику, поджаренные фрукты и варите до образования густой массы. Готовый рис лепешкой выложите на блюдо.

В отдельную чашку налейте соус и зовите всех к столу.

«Тайна кавказского долголетия»

Ингредиенты

1/2 кг риса, 200 г сливочного масла, 2–3 картофелины, 1/2 чайной ложки соли, чуть больше 1 стакана миндаля (очищенного), 1 стакан изюма, 1 стакан чернослива (без косточек), 1/2 стакана топленого масла, 1 1/2 стакана меда.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воды, вскипятите, посолите, всыпьте рис и варите до полуготовности. Затем откиньте рис на дуршлаг. В кастрюле растопите 100 г сливочного масла. На дно выложите картофель, порезанный кружочками, и тушите минут 5. Добавьте вареный рис, сверху положите оставшееся масло, накройте крышкой и оставьте тушиться на час.

В это время приготовьте подливку. Миндаль залейте кипятком на несколько минут, затем снимите кожицу, положите его в кипящую воду (1 1/2 стакан) и варите 15 минут. В миндаль добавьте сахар, мед, доведите до кипения, положите чернослив, миндаль, изюм и топленое масло. Все перемешайте и варите 15 минут. Готовый рис положите на тарелки, подливку разлейте в чашки и зовите гостей к столу.

«Аристократические изыски»

Ингредиенты

$^1/_2$ стакана риса, 3 стакана воды, 4 столовые ложки сахара, 3 столовые ложки сливочного масла, 10 абрикосов, тертая цедра $^1/_2$ лимона.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воды, вскипятите, всыпьте цедру, промытый рис, сахар и доведите до кипения. Абрикосы разрежьте на четыре части, положите в кастрюлю и варите 20 минут.

В готовую кашу добавьте растопленное масло и разложите по тарелкам.

«Завтрак вьетнамца»

Ингредиенты

1 стакан риса, 2 стакана воды, 1 луковица, 3 столовые ложки масла, $^1/_2$ чайной ложки мускатного ореха, соль.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воды, вскипятите, посолите, всыпьте рис и, не убавляя огня, варите 5 минут.

Затем положите в рис целую очищенную луковицу и варите 15 минут.

Готовую кашу поставьте для упревания на 15 минут, завернув кастрюлю в газету.

Когда кашу будете подавать к столу, посыпьте ее мускатным орехом и положите в нее сливочное масло.

«Апельсиновое масло»

Ингредиенты

1 $^1/_2$ стакана риса, 3 стакана воды, 1 стакан апельсинового сока, 1 луковица (среднего размера), 1 корень сельдерея, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка тертой цедры лимона, сахар, соль.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воды, вскипятите, всыпьте рис и варите до полуготовности. Лук и сельдерей нашинкуйте и обжарьте на сковороде в сливочном масле. Добавьте рис, сахар, посолите, влейте апельсиновый сок и тушите 10 минут. Готовую кашу посыпьте лимонной цедрой.

«Огородные фантазии»

Ингредиенты

1/4 стакана мясного бульона, 1/2 стакана риса, 1/4 чайной ложки молотого тмина, 1/8 чайной ложки черного молотого перца, 1 сладкий перец (небольшой), 1 пучок зеленого лука и петрушки (небольшой), 1 стакан зеленого горошка (свежего), 1 чайная ложка цедры лимона.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте бульон, доведите до кипения, всыпьте рис, добавьте перец, тмин и варите 10 минут. Затем положите сладкий перец, мелко нарезанный лук и варите 10 минут. Когда рис станет мягким, добавьте горох, мелко нарубленную петрушку, цедру и все хорошо перемешайте.

«Нирвана»

Ингредиенты

1/3 стакана воды, 2/3 стакана риса, 100 г сыра (любого), 400 г консервированной фасоли, 200 г йогурта (любого), 1 стакан творога, 1 морковка, 1 пучок зеленого лука и петрушки (небольшой), 1 бульонный кубик, 1/2 чайной ложки молотого кориандра, 1/4 чайной ложки соли.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воды, всыпьте промытый рис, добавьте нашинкованную морковь, мелко нарубленный лук, кориандр, бульонный кубик, посолите и варите, пока рис не станет мягким. Затем добавьте фасоль, творог, йогурт, зелень петрушки, предварительно мелко нарубленную, и тщательно перемешайте.

Эту массу переложите в форму, посыпьте тертым сыром и поставьте в духовку на 5 минут.

Пшенные каши

Это одна из самых вкусных на свете каш. Она питательна и очень калорийна.

«Оранжевое небо»

Ингредиенты

1 $^1/_2$ л молока, 1 тыква (небольшая), 1 стакан пшена, $^1/_2$ стакана сахара, соль.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте литр молока, вскипятите, положите нарезанную кусочками тыкву, сахар, соль и варите до полной готовности.

Молоко слейте в отдельную кастрюлю, добавьте еще $^1/_2$ литра молока и сварите в нем пшенную кашу.

Кашу смешайте с тыквой и поставьте в духовку минут на 20–30.

Перловые каши

Перловые каши быстро и легко варятся, поэтому их проще всего готовить в походных условиях.

«Для дачников»

Ингредиенты

2 стакана перловой крупы, 3 $^{1}/_{2}$ стакана воды, 2–3 столовые ложки масла, соль.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воды, вскипятите, посолите и всыпьте крупу. Варите 5 минут, после чего крупу откиньте на дуршлаг. В чистую кастрюлю налейте воды, посолите, добавьте 1 столовую ложку масла, приготовленную крупу и варите до загустения. Для упревания кастрюлю с кашей оберните теплой тканью и поставьте часа на 1 $^{1}/_{2}$ в теплое место. В готовую кашу положите сливочное масло.

«Походная»

Ингредиенты

2 стакана воды, 1 стакан перловой крупы, 2 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления

Крупу замочите на 2–3 часа. По прошествии времени воду слейте. В кастрюлю налейте воды, в кипящую воду всыпьте крупу, посолите и варите до загустения. После этого кастрюлю с кашей поставьте в духовку на слабый огонь на 2 часа. Подавая к столу, полейте растительным маслом.

«Маковый цвет»

Ингредиенты

2 стакана ячневой крупы, 3 л воды, 1 стакан молока, 1 стакан мака, 2–3 столовые ложки меда, 2 столовые ложки варенья (любого).

Способ приготовления

Сварите ячневую кашу.

Мак залейте кипятком. Минут через 5 воду слейте, мак промойте, вновь залейте кипятком. Как только на поверхности воды вы увидите капельки жира, воду слейте, а мак разотрите, добавляя на каждую столовую ложку мака $^1/_2$ чайной ложки воды. Мак смешайте с кашей, добавьте мед и поставьте на огонь на 5–7 минут.

Кашу разложите в тарелки и полейте сверху вареньем.

«Снежки на полдник»

Ингредиенты

1 стакан ячневой крупы, 10 картофелин, 2–3 луковицы, 3 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления

Очищенный картофель натрите на терке и отожмите сок в отдельную посуду.

Как только крахмал осядет, сок слейте, а крахмал добавьте в натертый картофель.

Из ячневой крупы сварите кашу (см. рецепт выше). В кашу добавьте натертый картофель. Все тщательно перемешайте. Из полученной массы скатайте небольшие шарики. В кастрюле вскипятите воду, посолите, отварите в ней шарики и выложите их на одно блюдо. Лук порежьте, обжарьте и посыпьте им готовые шарики.

Овсяные каши

Кто не хочет хоть раз в жизни почувствовать себя истинным джентльменом или леди (конечно, если вы уже им (ей) не являетесь)? Предлагаем вам несколько рецептов овсяной каши – блюда настоящих англичан.

«Джентльменский набор»

Ингредиенты

$^3/_4$ стакана овсяной крупы, 1 стакан воды, 1 стакан молока, 1 столовая ложка меда, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воду и молоко. Вскипятите, посолите, добавьте мед и всыпьте крупу. Варите 20 минут. Когда каша будет практически готовой, поставьте ее в духовку на 10 минут.

«Завтрак на Темзе»

Ингредиенты

Чуть больше 1 стакана овсяной крупы, 3 стакана воды, $^1/_2$ чайной ложки корицы, 1 яблоко, $^1/_4$ стакана мелко нарубленных фиников, 2 столовые ложки миндаля, 1 столовая ложка сахара, 2 $^1/_2$ стакана молока (горячего), соль.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воды, вскипятите, посолите, добавьте корицу, финики, всыпьте крупу и варите до готовности.

Кашу разложите по тарелкам, положите миндаль, дольки яблок, присыпьте сахаром и налейте молока.

«Завтрак чемпиона»

Ингредиенты

1 $^1/_2$ стакана «Геркулеса», $^1/_4$ стакана пшеничных ростков, 1 столовая ложка меда, 1 столовая ложка воды, $^1/_2$ чайной ложки молотой корицы, 1 яблоко, $^1/_2$ чайной ложки ванили, 2 столовые ложки растительного масла.

Способ приготовления

В кастрюлю положите мед, корицу, добавьте воды и

вскипятите. Положите ваниль и все тщательно перемешайте. В отдельную посуду всыпьте крупу, пшеничные ростки, положите дольки яблок. Залейте все приготовленной смесью и перемешайте. Противень смажьте растительным маслом, положите на него смесь ровным слоем и поставьте его в не очень горячую духовку на 40–45 минут. Готовое блюдо охладите, украсьте свежими ягодами и подавайте к столу.

«Шерлок Холмс»

Ингредиенты

3 стакана молока, $^{3}/_{4}$ стакана овсяной крупы, 1 столовая ложка сахара, морковь, соль.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте молоко, вскипятите, посолите, добавьте сахар, всыпьте крупу и варите до готовности. В это время натрите морковь на терке. Готовую кашу перемешайте с морковью и разложите по тарелкам.

Экзотические каши

«Рассвет в джунглях»

Ингредиенты

3 стакана воды, 1/4 стакана коричневого риса, 1/4 стакана перловой крупы, 1/6 стакана зерен пшеницы, 1/6 стакана зерен ржи, 1/6 стакана проса, 1/4 стакана апельсинового или мандаринового сока, 1/8 стакана меда, 1 стакан клубники, 1 банан.

Способ приготовления

В кипящую воду всыпьте рис, перловку, зерна пшеницы, ржи и проса. Варите, постоянно помешивая, 50 минут, пока зерна не станут мягкими.

Пока каша варится, смешайте сок с медом, а затем нарежьте маленькими дольками клубнику и банан. Готовую кашу выложите на тарелки, полейте сверху соком, украсьте дольками клубники, банана и приглашайте всех к столу.

«Голова дракона»

Ингредиенты

2 стакана риса (отварного), 1 стакан воды, 1 стакан томатного сока, 400 г красной фасоли (консервированной), 400 г белой фасоли (консервированной), 400 г помидоров (консервированных), 3/4 стакана нарубленного зеленого перца, 2 луковицы, 1 столовая ложка порошка чили, 1 чайная ложка сахара, 1/2 чайной ложки измельченного базилика (сушеного), 2 измельченного зубчики чеснока.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воды, томатный сок, положите красную, и белую фасоль, помидоры, мелко нарубленный лук, зеленый перец, сахар, базилик, чеснок, чили, поставьте на огонь и доведите до кипения. Огонь убавьте и тушите 15 минут.

Готовое блюдо смешайте с рисом и разложите по тарелкам.

«Овощной десерт»

Ингредиенты

Любые овощи (свекла, морковь, кабачки, репа, тыква,

капуста) и любая крупа (рис, пшено, перловка), 1/2 л молока.

Способ приготовления

Почистите овощи, порежьте ломтиками и выложите один слой в кастрюле так, чтобы было закрыто дно.

На овощи выложите слой крупы. Слой крупы должен быть немного больше овощного. На крупу снова положите слой овощей, затем – другую крупу. И так, пока кастрюля не заполнится. Внизу и сверху должен быть овощной слой. Влейте в кастрюлю горячую подсоленную воду, чтобы она покрывала содержимое, поставьте на сильный огонь.

Когда вода закипит, выключите огонь, кастрюлю закройте крышкой и настаивайте в течение 30–40 минут. Затем все перемешайте и добавьте молоко.

«Мечта Хрущева»

Ингредиенты

200 г кукурузных зерен, 1 сладкий перец, 1 луковица (некрупная), 1 столовая ложка воды, 2 чайные ложки горчицы, перец, соль.

Способ приготовления

В кастрюлю налейте воды, положите кукурузные зерна, мелко нарезанные сладкий перец, лук и варите 10 минут.

Добавьте горчицу, посолите, поперчите и варите еще минуту.

«Визит в Армению»

Ингредиенты

1 стакан фасоли, 1/4 стакана кизила (сушеного), 1/2 стакана ядер грецких орехов, 1/4 стакана изюма, 1/4 л фасолевого отвара.

Способ приготовления

Замочите фасоль на час, а сушеный кизил на 15–20 минут. Фасоль отварите и разомните. В фасоль добавьте кизил, мелко нарубленные орехи, изюм, фасолевый отвар и поставьте на слабый огонь на 5 минут. Готовое блюдо украсьте зеленью.

«Сердце Италии»

Ингредиенты

1/2 кг белой фасоли, 1 помидор, 1 кусочек сельдерея (небольшой), 1 веточка шалфея, 2 зубчика чеснока, 2 столовые

ложки растительного масла, 1/5 чайной ложки молотого черного перца, соль.

Способ приготовления

Замочите фасоль на ночь.

В кастрюлю положите фасоль и залейте водой, в которой она замачивалась. Добавьте дольки помидора, растертый чеснок, мелко нарубленные сельдерей и шалфей, влейте растительное масло, посолите, поперчите и тушите на слабом огне 2 часа. Готовое блюдо украсьте зеленью и свежими овощами.

«Шарм Парижа»

Ингредиенты

2 стакана зеленого горошка (свежего), 12 луковиц (некрупных), 1 чайная ложка муки, 2 столовые ложки сливочного масла, несколько веточек петрушки, сахар, соль.

Способ приготовления

В нагретой сковороде растопите 1 столовую ложку сливочного масла.

Затем положите очищенные целые луковицы, влейте 1/3 стакана воды и тушите 5 минут. Добавьте горошек и тушите еще 10 минут. После истечения времени всыпьте муку, сахар, соль и кипятите 2 минуты.

В готовое блюдо положите сливочное масло и украсьте его зеленью петрушки.

«Духов день»

Ингредиенты

3 столовые ложки сливочного масла, 1 тыква (небольшая), 1/4 стакана сахара.

Способ приготовления

Тыкву очистите, нарежьте маленькими кусочками и переложите в кастрюлю, добавьте немного воды и варите до готовности. Готовую тыкву откиньте на сито, дайте воде стечь и переложите в чистую кастрюлю. Добавьте сахар, соль, масло, немного воды, размешайте и поставьте на огонь на 2–3 минуты.

Что можно сделать из молока

Молочные супы

Все вы знаете, что без первых блюд в нашем ежедневном рационе не обойтись. Горячие супы необходимы нам для поддержания сил и лучшей работы организма. Мы предлагаем вам рецепты молочных супов, которые по своей питательности и вкусу не уступают мясным и рыбным бульонам.

«Древняя Русь»

Ингредиенты

2 1/2 л молока, 1/4 стакана сливок (густых), 6 яиц, 1/2 стакана муки, сахар, соль.

Способ приготовления

Вскипятите молоко. Возьмите сливки, всыпьте муку, размешайте, вбейте 2 яйца, 4 желтка, добавьте взбитые белки от 2 яиц. Опускайте готовые клецки в кипящее молоко чайной ложечкой, обмакивая ее каждый раз в горячую воду. Посолите и добавьте сахар по вкусу.

Не оставляйте молоко в алюминиевой посуде, оно приобретает неприятный вкус, лучше используйте стеклянную или глиняную посуду.

«Домашний»

Ингредиенты

1 1/2 л молока, 1 1/2 стакана муки, 1 яйцо, 2 столовые ложки воды (соленой), сахар, соль.

Способ приготовления

Вскипятите цельное молоко, посолите и добавьте сахар по вкусу и запустите домашнюю лапшу. Для приготовления лапши возьмите муку, яйцо и соленую воду, замесите крутое тесто, тонко раскатайте и дайте обсохнуть, нашинкуйте мелко.

«Узкоглазый»

Ингредиенты

1 л молока, 1/2 стакана риса, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Тщательно вымойте рис в холодной воде. Залейте его холодной водой так, чтобы только слегка прикрыло. Сварите рис до полуготовности, откиньте на дуршлаг и промойте холодной водой. Дайте стечь воде. Выложите рис в кастрюлю и залейте молоком. Варите до готовности, немного посолив. Перед подачей к столу положите в каждую тарелку по кусочку сливочного масла.

«Крутизна»

Ингредиенты

2 л молока, $^1/_2$ стакана перловой крупы, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Залейте перловую крупу холодной водой, вскипятите один раз и откиньте на дуршлаг, промойте холодной водой. Вскипятите молоко, всыпьте крупу и варите до готовности. Положите сливочное масло и немного посолите по вкусу.

Посуда для молока должна быть безукоризненно чистой и сухой, потому что малейший остаток прежнего молока может испортить свежее.

«Детский»

Ингредиенты

2 л молока, $^1/_2$ стакана манной крупы, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Вскипятите молоко, добавив сливочное масло. Всыпьте, мешая, манную крупу. Прокипятите, непрерывно помешивая, суп и сразу подавайте к столу. Посолите немного суп в тарелках. На стол отдельно для желающих поставьте сахар и корицу.

«Ячка»

Ингредиенты

2 л молока, $^3/_4$ стакана ячневой крупы, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Промойте несколько раз ячневую крупу в холодной воде. Залейте крупу 2 стакана воды и варите, немного посолив и

добавив сливочного масла. Когда крупа разварится, залейте кипяченым молоком.

«Любительский»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ л молока, $^{1}/_{2}$ стакана саго, 1 столовая ложка миндаля (сладкого), 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка сахара, корица.

Способ приготовления

Саго залейте холодной водой и дайте постоять 2 часа. Откиньте на дуршлаг, дайте стечь воде. Насыпьте саго в кастрюлю и залейте большим количеством кипятка. Варите, постоянно помешивая, до полуготовности. Откиньте саго на дуршлаг, обдайте холодной водой и дайте ей стечь. Переложите саго в кастрюлю и залейте кипящим молоком с корицей и сливочным маслом. Измельчите сладкий миндаль и положите его в суп, добавив сахар. Варите до готовности, следите за тем, чтобы саго не разварилось.

«Колобочки в молоке»

Ингредиенты

2 л молока, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки муки, 1 яйцо, 1 столовая ложка воды (соленой), соль.

Способ приготовления

Замесите не очень крутое тесто из муки, яйца, соленой воды. Расщепите мелко его руками. Вскипятите молоко, добавьте тесто и вскипятите 3 раза. Посолите по вкусу и положите сливочное масло.

«Нежность»

Ингредиенты

2 $^{1}/_{2}$ л молока, 1 $^{1}/_{2}$ тыквы (среднего размера), $^{1}/_{2}$ булки, 2 столовые ложки сливочного масла, $^{1}/_{5}$ стакана миндаля.

Способ приготовления

Тыкву очистите от кожи, очистите внутренность от семечек. Нарежьте ровными небольшими кусочками. Положите в кастрюлю и залейте водой так, чтобы она едва прикрывала тыкву. Закройте крышкой, когда закипит вода, откиньте тыкву на дуршлаг, дайте

стечь воде. Положите в кастрюлю тыкву, булку и залейте 2 стаканами кипяченого молока. Варите до тех пор, пока все не разварится. Затем протрите через дуршлаг, залейте оставшимся молоком и вскипятите. Положите в суп измельченный сладкий миндаль, сливочное масло, сахар по вкусу.

Для кипячения молока желательно иметь отдельную посуду.

«Шустрый»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ л молока, 5 картофелин, 3 яйца, 2 столовые ложки сливочного масла, 6 столовых ложек муки, соль.

Способ приготовления

Отварите картофель и протрите его через сито, перемешайте с мукой, яичными желтками. Посолите и замесите тесто, добавив взбитые белки. Опускайте готовые клецки в кипящее молоко чайной ложечкой, каждый раз смачивайте ее в горячей воде.

Посолите суп по вкусу и положите сливочное масло.

«Отрочество»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ л молока, 1 стакан фасоли, 1 столовая ложка сливочного масла, 5 столовых ложек крупы ячневой, соль.

Способ приготовления

Засыпьте в кипящую воду (6 ст.) замоченные заранее фасоль и ячневую крупу. Варите до готовности. Налейте молоко, доведите до кипения, посолите по вкусу и добавьте сливочное масло.

«Шалун»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ л молока, 1 $^{1}/_{2}$ столовые ложки сливочного масла, 10 столовых ложек крупы ячневой, 9 картофелин, зелень укропа.

Способ приготовления

Сварите в подсоленной воде ячневую крупу до полуготовности.

Добавьте нарезанный соломкой картофель и варите до готовности. Влейте в суп кипяченое горячее молоко и вскипятите. Посолите по вкусу и посыпьте мелко нарезанной зеленью укропа.

Молоко при кипячении не убежит, если края посуды смазать жиром.

«Полезный»

Ингредиенты

2 л молока, 2 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки манной крупы, 250 г тыквы, 2 морковки, сахар, соль.

Способ приготовления

Очистите и нарежьте кусочками тыкву и морковь. Отварите отдельно почти до готовности в воде.

В кипящее молоко всыпьте манную крупу и поварите 10 минут. Добавьте овощи и сливочное масло. Посолите и добавьте сахар по вкусу.

«Овощной»

Ингредиенты

2 л молока, 300 г капусты, 4 картофелины, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 морковка, 1 луковица, зелень, соль.

Способ приготовления

Нарежьте соломкой капусту, картофель. На крупной терке натрите морковь, порежьте лук. Обжарьте морковь и лук на сливочном масле. В кипящую воду положите капусту, картофель, обжаренные овощи. Варите до полуготовности. Влейте кипяченое горячее молоко и варите овощи до готовности, посолите по вкусу. Перед подачей посыпьте изрубленной зеленью.

«Воздушные шарики»

Ингредиенты

1 л молока, 4 столовые ложки крупы ячневой, 1 яйцо, 2 столовые ложки муки, 200 г творога, 1 столовая ложка сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

Отварите в воде крупу ячневую до полуготовности. Для приготовьте клецек разотрите творог, добавьте яйца, соль, сахар, муку – все перемешайте. Опустите клецки в воду с крупой, посолите по вкусу. Через несколько минут налейте молоко, дайте закипеть, добавьте сливочное масло.

Чтобы не образовывалась пенка, чаще мешайте молоко при

кипячении.

«Китайская мудрость»

Ингредиенты

1 л молока, 1 стакан риса, 1 $^{1}/_{2}$ столовые ложки сливочного масла, 6 столовых ложек урюка, сахар, соль.

Способ приготовления

Промойте рис в холодной воде и варите в кипящей воде почти до готовности, добавив урюк. Налейте молоко, доведите до кипения, добавьте масло, соль и сахар по вкусу.

«Маленькие шарики»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ л молока, 7 столовых ложек гороха, 1 $^{1}/_{2}$ столовые ложки сливочного масла, 4 столовые ложки крупы ячневой, соль.

Способ приготовления

Сварите в воде (1 $^{1}/_{2}$ л) до готовности ячневую крупу и заранее замоченный горох. Налейте кипяченое молоко, вскипятите. Добавьте сливочное масло, посолите по вкусу.

«Вкуснота»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ л молока, 4 картофелины, 4 столовые ложки сливочного масла, 1 $^{1}/_{2}$ столовые ложки фасоли, зелень (любая), соль.

Способ приготовления

Отварите в воде до полуготовности замоченную заранее фасоль, добавьте картофель, варите до готовности. Налейте кипяченое молоко, доведите до кипения, добавьте масло и посолите по вкусу. Перед подачей к столу посыпьте мелко нарезанным укропом или петрушкой.

«Азиат»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ л молока, 6 картофелин, 1 луковица, 200 г свинины (копченой), 2 столовые ложки сливочного масла, зеленый лук.

Способ приготовления

Отварите картофель и порежьте брусочками. Нарежьте копченое мясо кусочками и мелко нашинкуйте луковицу. Все слегка обжарьте и добавьте в кипяченое молоко, прокипятите. Перед подачей посыпьте зеленью.

«Ленивый»

Ингредиенты

1 л молока, 60 г вермишели, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка сыра (тертого), зелень (любая), соль.

Способ приготовления

Отварите вермишель до полуготовности, откиньте на дуршлаг. В кипяченое с маслом молоко опустите вермишель и варите до готовности, посолив. Перед подачей посыпьте суп зеленью и тертым сыром.

«Фруктовый»

Ингредиенты

2 л молока, 5 яиц, 200 г сахара, 100 г кураги, 200 г яблок, 200 г груш.

Способ приготовления

Очистите фрукты от кожуры и порежьте дольками. Налейте воды (2 $^1/_2$ стакана), добавьте сахар и нарезанные фрукты, потушите.

В кипящее молоко влейте желтки и взбейте, остудите. Добавьте в суп сироп с фруктами.

«Любимый огород»

Ингредиенты

2 л молока, 800 г кабачков, 1 морковка, 3 столовые ложки муки, 4 столовые ложки сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

Очистите и нарежьте овощи. Положите их в кастрюлю, залейте водой (2 $^1/_2$ ст.), добавьте масло и потушите. Размешайте в стакане молока муку и влейте в овощи, все хорошо перемешайте. Добавьте остальное молоко, доведите до кипения и заправьте солью и сахаром по вкусу.

Капля хорошего молока тонет в воде и не растекается на ногте.

Суп-пюре «Луговой»

Ингредиенты

1 л молока, 2 $^1/_2$ столовые ложки сливочного масла, 1 $^1/_2$ столовые ложки муки, 600 г зеленого салата, соль.

Способ приготовления

Листья салата тщательно промойте, опустите в кипяток на 1 минуту и откиньте на решето, дайте стечь воде, пропустите через мясорубку. Поджарьте муку со сливочным маслом, разведите горячим молоком и вскипятите. Добавьте салат и варите 15 минут, посолите по вкусу. Можно добавить в суп $^1/_2$ стакана сливок.

Суп-пюре «Дальневосточный»

Ингредиенты

3 стакана молока, 1 стакан риса, 3 столовые ложки сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Промойте рис в теплой воде, положите в кастрюлю и залейте водой (4 стакана). Посолите и варите почти до готовности. Протрите рис с отваром сквозь сито, разведите горячим молоком. Добавьте соль сливочное масло и по вкусу.

К супам-пюре отдельно подают гренки из белого пшеничного хлеба, подсушенного в духовом шкафу или поджаренного на масле. Можно подать пирожки с различной начинкой.

Суп-пюре «Сельский»

Ингредиенты

5 стаканов молока, 1 кг картофеля, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 луковица, 2 яйца, соль.

Способ приготовления

Очистите и помойте лук, мелко нарежьте и слегка обжарьте в масле. Очищенный картофель порежьте мелкой соломкой. Сложите все в кастрюлю и залейте молоком (4 ст.). Посолите и варите полчаса. Протрите картофель вместе с отваром сквозь сито, прибавьте горячего молока и размешайте. Перед подачей к столу заправьте суп растертыми яичными желтками с молоком, сливочным маслом и посыпьте мелко нарезанной зеленью укропа.

Молочные каши

Часто мы слышим выражение: «Эх, ты мало каши ел». Мы с вами знаем, что в крупах содержится много витаминов. Это самостоятельное блюдо будет еще вкуснее и полезнее, если готовить его на молоке.

«Родной Китай»

Ингредиенты

1 л молока, 1 стакан риса, 2 столовые ложки сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

Промойте рис и засыпьте в кипящую воду (2 стакана), поварите 10 минут. Откиньте рис на сито, подождите, пока стечет вода. Подогрейте молоко и залейте рис, варите кашу на слабом огне, помешивая, 15 минут. Добавьте соль, сахар по вкусу и поставьте в духовой шкаф, предварительно накрыв крышкой, чтобы упрела. Перед подачей заправьте кашу сливочным маслом.

«Манные лепешки»

Ингредиенты

1 л молока, 2 $^1/_2$ столовые ложки сливочного масла, 1 стакан манной крупы, 2 яйца, 3 столовые ложки панировочных сухарей, сахар, соль.

Способ приготовления

Сварите густую манную кашу на молоке, охладите. Нарежьте ее ровными ломтиками. Взбейте яйца. Смочите ломтики каши в яйце и обваляйте в сухарях. Разогрейте сковороду со сливочным маслом и обжарьте манную кашу.

«Детская ненависть»

Ингредиенты

1 л молока, 1 столовая ложка крупы манной, 2 столовые ложки сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

В кипящее молоко, помешивая, всыпьте тонкой струйкой

манную крупу. Варите до загустения 15 минут. Добавьте сахар, соль, сливочное масло по вкусу, размешайте. Поставьте в духовой шкаф, предварительно накрыв крышкой, на несколько минут.

«Курочкино блюдо»

Ингредиенты

3 стакана молока, 1 стакан пшена, 1 столовая ложка сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

Пшено промойте в нескольких водах и ошпарьте кипятком. Положите пшено в подсоленную воду и варите, помешивая, до загустения. Влейте кипяченое молоко, добавьте соль, сахар по вкусу и варите до готовности.

Поставьте в духовой шкаф, предварительно накрыв крышкой, чтобы упрела.

«Солнечная»

Ингредиенты

1 л молока, 1 стакан пшена, 3 столовые ложки сливочного масла, 700 г тыквы, сахар, соль.

Способ приготовления

Очищенную тыкву нарежьте маленькими кусочками. Доведите молоко до кипения и залейте тыкву, добавьте соль, сахар по вкусу. Доведите до кипения и поварите 5 минут. Засыпьте пшено, перемешайте и варите еще полчаса. Перед подачей заправьте кашу сливочным маслом.

«Кони-кони»

Ингредиенты

3 стакана молока, 1 стакан овсяных хлопьев, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Способ приготовления

В кипящее молоко всыпьте овсяные хлопья и варите, помешивая, до загустения. Добавьте соль по вкусу и растопленное сливочное масло.

«Русская печь»

Ингредиенты

1 л молока, 1 стакан манной крупы, 100 г изюма, 2 столовые ложки сахара, 2 яйца, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Способ приготовления

В кипящее молоко, помешивая, всыпьте тонкой струйкой манную крупу и варите до загустения, добавив сахар, соль по вкусу, сливочное масло. Кашу остудите. Разотрите с сахаром желтки и положите в кашу, добавив хорошо промытый изюм. Все хорошо перемешайте. Взбейте белки, осторожно перемешивая, добавьте в кашу. Запекайте в духовом шкафу полчаса.

«Лошадиная морда»

Ингредиенты

1 л молока, 1 $^{1}/_{2}$ стакана овсяной крупы, 1 столовая ложка сахара, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Способ приготовления

В кипящее молоко всыпьте дробленую овсяную крупу, добавьте соль. Варите кашу, помешивая, до размягчения. Добавьте сахар, 1 столовая ложка сливочного масла. Поставьте в духовой шкаф, предварительно накрыв крышкой, на несколько минут. Перед подачей полейте кашу оставшимся растопленным сливочным маслом.

«Пуховая»

Ингредиенты

1 л молока, 2 столовые ложки дробленой гречневой крупы, 2 яйца, 1 столовая ложка сливочного масла.

Способ приготовления

Гречневую крупу перетрите с яйцами, дайте подсохнуть. Сварите кашу в молоке, добавив масла, до готовности, остудите. Протрите ее сквозь сито сразу на блюдо в виде горки. К каше подайте сахар и сливки.

«Сливочный вкус»

Ингредиенты

5 стаканов молока, 2 стакана гречневой крупы, $^{2}/_{3}$ стакана сливок, соль.

Способ приготовления

Переберите гречневую крупу, высыпьте в кастрюлю и залейте молоком. Варите кашу на слабом огне до загустения. Подогрейте сливки. Влейте сливки в кашу, посолите и размешайте. Поставьте в духовой шкаф, предварительно накрыв крышкой, на несколько минут.

«Ковбой»

Ингредиенты

$^2/_3$ стакана молока, 3 стакана зерен кукурузы, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Недозрелую кукурузу вылущите и отварите в подсоленной воде. Слейте воду. Добавьте молоко, соль по вкусу и тушите до готовности, чтобы зерна разварились. Перед подачей заправьте растопленным сливочным маслом.

«Русско-китайская»

Ингредиенты

1 л молока, $^1/_2$ стакана риса, $^1/_2$ стакана пшена, 1 $^1/_2$ столовые ложки сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

Засыпьте рис и пшено в кипящую воду (2 л) и варите несколько минут на слабом огне. Откиньте крупу на дуршлаг. Вскипятите молоко, всыпьте крупу и варите на слабом огне 15 минут. Добавьте соль, сахар по вкусу. Поставьте в духовой шкаф, предварительно накрыв крышкой, на некоторое время. Перед подачей к столу полейте кашу растопленным сливочным маслом.

«Любимая»

Ингредиенты

1 $^1/_2$ л молока, 1 стакан крупы ячневой, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Вскипятите молоко, осторожно всыпьте ячневую крупу, все время помешивая. Варите кашу до загустения, добавьте сливочное масло и посолите по вкусу.

«Бабушкина каша»

Ингредиенты

1 л молока, 1 стакан крупы перловой, 3 столовые ложки сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

Хорошо промойте перловую крупу и засыпьте в кипящую воду. Поварите крупу 10 минут и откиньте на сито, дайте стечь воде. Разогрейте подсоленное молоко и переложите в него крупу. Варите на слабом огне, помешивая, до загустения. Добавьте в кашу сахар по вкусу и сливочное масло, размешайте. Поставьте в духовой шкаф, предварительно накрыв крышкой, чтобы упрела.

«Сладенькая»

Ингредиенты

2 л молока, 2 стакана манной крупы, 4–5 столовые ложки сахара, 60 г грецких орехов, $^1/_3$ стакана сливок, 100 г ягодного сиропа, ванилин, соль.

Способ приготовления

В кипящее молоко с сахаром и солью всыпьте, помешивая, тонкой струйкой манную крупу. Варите кашу, продолжая мешать, на слабом огне 15 минут. Порубите орехи. Добавьте в кашу ванилин по вкусу, измельченные орехи и сливки, все перемешайте. Кашу перед подачей к столу охладите. Разложив кашу в тарелки, полейте ее любым ягодным сиропом на ваш вкус.

Гурьевская каша

Ингредиенты

2 стакана молока, 1 стакан манной крупы, 2 столовые ложки сливочного масла, 4 столовые ложки сахара, $^1/_2$ стакана сладкого миндаля, $^1/_2$ порошка ванилина, 2 столовые ложки грецких орехов.

Способ приготовления

Вскипятите молоко с сахаром и ванилином, всыпьте, помешивая, манную крупу. Варите 10 минут, слегка остудите, положите истолченный сладкий миндаль, все хорошо перемешайте. Намажьте сковороду сливочным маслом и выложите на нее кашу, посыпьте сахаром и тертыми грецкими орехами. Поставьте кашу в горячий духовой шкаф и подержите до

образования светло-коричневой корочки.

Из молока можно приготовить много различных напитков и коктейлей изумительно вкусных. Это не проблема для тех, кто любит пить простое цельное молоко: стоит добавить в него любимый сок и сахар – и получиться вкусный полезный напиток или вечерний коктейль, если добавить чего-нибудь «горячительного».

«Цыпленок»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ л молока, 3 яйца, 1 $^{1}/_{2}$ столовые ложки сахара, 15 г ванилина.

Способ приготовления

Отделите желтки от белков. Вскипятите молоко и осторожно опустите в него желтки, сахар и ванилин. Взбейте молоко миксером.

Коктейль «Бразильский»

Ингредиенты

1 л молока, $^{1}/_{2}$ л черного кофе, 7 столовых ложек сливочного мороженого.

Способ приготовления

Приготовьте кофе, остудите, процедите. Добавьте молоко и мороженое, взбейте миксером.

«Ягодка»

Ингредиенты

3 стакана молока, 800 г клубники, 4 столовые ложки сахара.

Способ приготовления

Вскипятите молоко с сахаром. Клубнику тщательно вымойте, удалите плодоножки и протрите через сито. Осторожно, не переставая мешать, влейте молоко, чтобы оно не свернулось. Все хорошо смешайте.

«Розочка»

Ингредиенты

2 стакана молока, $^2/_3$ стакана сливок, 800 г клубники, 2 столовые ложки сахара.

Способ приготовления

Взбейте сливки с сахаром. Клубнику тщательно вымойте, удалите плодоножки, протрите сквозь сито.

Смешайте все компоненты и взбейте миксером. Добавьте в стакан с напитком кубик льда.

«Черничка»

Ингредиенты

3 стакана молока, 800 г черники, 2 столовые ложки сахара.

Способ приготовления

Вскипятите молоко, охладите. Чернику тщательно вымойте, удалите плодоножки и протрите сквозь сито. Смешайте все компоненты и взбейте миксером. При желании добавьте в стакан кубик льда.

«Малинка»

Ингредиенты

3 стакана молока, 3 стакана малины, сахар.

Способ приготовления

Вскипятите молоко, охладите. Свежую малину промойте, очистите от плодоножек и разотрите с сахаром. Добавьте в малину молоко и взбейте миксером.

«Обезьянка»

Ингредиенты

3 стакана молока, 2 банана, 3 столовые ложки сахарной пудры.

Способ приготовления

Вскипятите молоко, охладите. Банан порежьте на кусочки и протрите сквозь сито, смешайте с сахарной пудрой. Соедините все компоненты и взбейте миксером.

«Вишенка»

Ингредиенты

4 стакана молока, 700 г вишни, 4 столовые ложки сахара

Способ приготовления

Вскипятите молоко, охладите. Спелую вишню промойте, удалите косточки и протрите через сито. Смешайте все компоненты и взбейте миксером.

«Клюшка»

Ингредиенты

4 стакана молока, 2 стакана клюквенного сока, 4 яйца, 200 г сахара.

Способ приготовления

Вскипятите молоко, охладите. Влейте в молоко клюквенный сок. Взбейте желтки и сахар, смешайте и взбейте с помощью миксера. Добавьте в стаканчик кубик льда.

Коктейль «Необыкновенный»

Ингредиенты

4 стакана молока, 4 столовые ложки сахара, 3 яйца, 40 г ванильного сахара.

Способ приготовления

Вскипятите молоко. Взбейте желтки с сахаром и добавьте, мешая, горячее молоко. Охладите, добавьте ванильный сахар и смешайте с помощью миксера.

Кисель «Густой»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ л молока, 20 миндалин, $^{1}/_{2}$ стакана сахара, 6 столовых ложек кукурузного крахмала.

Способ приготовления

Обдайте кипятком миндаль, очистите и измельчите. Налейте в стакан холодное молоко и смешайте его с крахмалом. Остальное молоко подогрейте и влейте в истолченный миндаль. Накройте крышкой и дайте постоять час. Процедите молоко сквозь салфетку, всыпьте сахар и вскипятите. Добавьте муку, крахмал, разведенный в молоке, и еще раз доведите до кипения.

«Восток»

Ингредиенты

2 стакана молока, 800 г персиков, 1 стакан сливок, 6 столовых ложек сахарной пудры.

Способ приготовления

Вскипятите молоко, охладите. Вымойте персики, удалите косточки. Плоды протрите сквозь сито. Смешайте все компоненты и взбейте с помощью миксера.

Коктейль «Мулатка»

Ингредиенты

4 стакана молока, 4 столовые ложки сахара, 4 яйца, 3 столовые ложки растворимого кофе.

Способ приготовления

Вскипятите молоко, охладите, добавьте сахар, желтки, кофе. Все смешайте с помощью миксера. Подавая, добавьте в стаканы по кубику льда.

Коктейль «Буржуйский»

Ингредиенты

2 стакана молока, 2 яйца, 4 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 стакан ананасового сока, 3 рюмки коньяка.

Способ приготовления

В молоко добавьте лимонный сок, коньяк, ананасовый сок и яйца, растертые с сахаром. Все компоненты смешайте с помощью миксера.

Коктейль «Шоколадка»

Ингредиенты

4 стакана молока, 10 г ванилина, 4 столовые ложки сахара, 3 яйца, 4 столовые ложки какао.

Способ приготовления

Вскипятите молоко с ванилином. Какао смешайте с сахаром и небольшим количеством молока. Добавьте все в молоко и охладите. Все смешайте с помощью миксера.

«Обжигающий»

Ингредиенты

3 стакана молока, 3 яйца, 1 $^{1}/_{2}$ столовые ложки сахара, 100 г шоколада.

Способ приготовления

Желтки разотрите с сахаром добела, всыпьте тертый шоколад. Залейте теплым кипяченым молоком и поставьте на медленный огонь. Мешайте, пока не загустеет, но не давайте закипеть. Когда поднимется пена, разлейте в чашки.

Коктейль «Подростковый»

Ингредиенты

3 стакана молока, 1 $^{1}/_{2}$ столовые ложки сахара, 70 г шоколада, 3 рюмки шоколадного ликера.

Способ приготовления

Кипяченое молоко подогрейте и растворите в нем сахар и шоколад. Добавьте ликер и смешайте с помощью миксера. Подавая, положите в стаканы по кубику льда.

Кислое молоко

У Вас прокисло молоко? Что ж, это не беда! Кислое молоко пользуется довольно большим спросом. Болгарская молочнокислая бактерия используется для закваски молока во многих странах, так как оно очень полезно для организма. Многие любят его даже больше, чем свежее. Мы предлагаем Вам рецепт блюд, которые можно приготовить из простокваши.

Суп «Беленький»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ л простокваши, 7 столовых ложек сметаны, 3 столовые ложки муки, 6 картофелин, 150 г мясо (любое, копченое), зелень (любая), соль.

Способ приготовления

Взбейте простоквашу. Размешайте сметану с мукой и добавьте 2 столовые ложки простокваши, вылейте во взбитую массу и подогрейте, не давая закипать. Отварите картофель и порежьте. Нарежьте кусочками мясо, порубите зелень. Добавьте все в суп и посолите по вкусу.

Холодный борщ «Киевская Русь»

Ингредиенты

3 л простокваши, 4 огурца (свежих, небольших), 15 редисок, 3 свеклы, 1 $^{1}/_{2}$ стакана сметаны, щавель, зелень (любая), сахар, соль.

Способ приготовления

Отварите свеклу и нарежьте ее брусочками или соломкой. Измельчите щавель и поварите в кипящей воде 4 минуты. Охладите. Мелко нарежьте свежие огурцы и редис. Взбейте простоквашу и залейте приготовленные компоненты, добавьте зелень. Отдельно взбейте сметану. Все смешайте, добавьте соль и сахар по вкусу.

Суп «Крапивный»

Ингредиенты

1 л молока (кислого), 50 г листьев молодой крапивы, 1 столовая ложка сливочного масла, черный перец.

Способ приготовления

Промойте несколько раз молодую крапиву в холодной воде, отожмите и обдайте подсоленным кипятком. Откиньте на дуршлаг, отцедите, мелко порубите и положите в кипящую воду. Поварите суп 10 минут, снимите с огня и заправьте взбитыми яйцами и кислым молоком. Перед подачей к столу положите сливочное масло и посыпьте черным перцем по вкусу.

Окрошка «Кисленькая»

Ингредиенты

1 л простокваши, 10 долек чеснока, 2 огурца (свежих), 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка уксуса, 2 картофелины, зелень (любая), соль.

Способ приготовления

Отварите картофель «в мундире», очистите и нарежьте. Разотрите чеснок, мелко нарежьте огурец и зелень укропа. В простоквашу положите все компоненты и тщательно перемешайте, добавьте 2 стакана холодной кипяченой воды, посолите по вкусу.

«Весна»

Ингредиенты

1 л простокваши, зелень укропа, соль.

Способ приготовления

Молоко охладите, взбейте с мелко нарезанной зеленью, добавьте соль.

«Лето»

Ингредиенты

1 л простокваши, 3 стакана томатного сока, 1 стакан сметаны, соль.

Способ приготовления

Простоквашу охладите, добавьте томатный сок, сметану и тщательно смешайте. Можно добавить зелень.

«Свежесть»

Ингредиенты

4 стакана простокваши, 300 г огурцов (свежих), зелень (любая), соль.

Способ приготовления

Простоквашу охладите. Натрите на крупной терке свежие огурцы, мелко нарежьте зелень.

Все компоненты смешайте с помощью миксера, посолите по вкусу.

«Яблочный»

Ингредиенты

3 стакана простокваши, 2 стакана яблочного пюре, 1 стакан томатного сока, сахар, соль.

Способ приготовления

Простоквашу охладите, взбейте, добавляя томатный сок и яблочное пюре, соль и сахар по вкусу.

Желе из простокваши

Ингредиенты

$^1/_2$ л простокваши, 15 г желатина, 4 столовые ложки сахара, 5 г ванилина.

Способ приготовления

Смешайте простоквашу с сахаром и ванилином, хорошо взбейте, добавьте растворенный желатин, перемешайте, разлейте в формочки и уберите в холодное место. Для желе желательно использовать пастеризованную простоквашу.

Блюда, приготовленные на основе молока

Наша пища становится вкуснее, если есть ее с молоком. Этот замечательный продукт служит основой для многих питательных блюд или придает им потрясающий вкус.

«Капустник»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ л молока, 2 кочана капусты, 2 стакана сливок, 4 столовые ложки тертых сухарей, 1 столовая ложка тертого сыра (любого).

Способ приготовления

Нашинкуйте свежую капусту, положите в кипящее молоко и варите до мягкости.

Откиньте капусту на решето, переложите на сковороду, залейте сливками, посыпьте сухарями и сыром. Поставьте в духовку для запекания.

Пюре «Каштан»

Ингредиенты

2 стакана молока, 200 г каштанов, 3 столовые ложки сливочного масла, $^1/_2$ стакана сливок, соль.

Способ приготовления

Каштаны очистите, обдайте кипятком, снимите кожицу. Положите в кастрюлю 1 $^1/_2$ столовые ложки сливочного масла, каштаны и залейте молоком. Варите, пока каштаны не разварятся. Протрите сквозь сито, посолите по вкусу. Размешайте со сливками, добавьте остальное масло и вскипятите.

Это пюре можно использовать как соус к птице, если развести его пожиже молоком.

Пюре из белой фасоли

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ стакана молока, 2 стакана белой фасоли, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Фасоль хорошо промойте и замочите на 4 часа в холодной воде. Сварите фасоль в этой же воде, откиньте на дуршлаг, протрите сквозь сито. Влейте, взбивая, горячее молоко, добавьте соль по вкусу и сливочное масло.

Мамалыга «Северная Америка»

Ингредиенты

4 стакана молока, 1 $^{1}/_{2}$ стакана кукурузной муки (мелкого помола), 3 столовые ложки сливочного масла, 4 столовые ложки тертого сыра (любого), соль.

Способ приготовления

Вскипятите молоко и посолите по вкусу. Добавьте 1 столовую ложку сливочного масла и насыпьте, помешивая в одном направлении, тонкой струйкой кукурузную муку. Варите смесь до загустения, снимите с огня и смешайте с сыром. Перед подачей к столу каждую порцию полейте растопленным сливочным маслом.

Мамалыгу нужно подавать горячей, так она вкуснее.

«Зимние шарики»

Ингредиенты

3 стакана молока, 4 яйца, 5 столовых ложек сахарной пудры, 1 столовая ложка муки, ванильный сахар.

Способ приготовления

Разделите осторожно яйца на белки и желтки. Белки взбейте в густую пену и смешайте с 3 столовыми ложками сахарной пудры. Вскипятите молоко с ванильным сахаром, добавив его по вкусу. В кипящее молоко опускайте столовой ложкой массу из белков. Варите 5 минут и выньте шумовкой. Разотрите желтки с оставшейся сахарной пудрой и мукой, добавьте в молоко, в котором варились белки. Поставьте на огонь и доведите до загустения, не давая закипать, охладите. Выложите шарики на блюдо и залейте приготовленным соусом.

Мороженое молочное

Ингредиенты

1 л молока, 1 $^{1}/_{2}$ стакана сахара, 4 яйца, 4 желтка, 2 пакетика ванильного порошка.

Способ приготовления

Вскипятите молоко с сахаром. Взбейте 4 желтка и 4 яйца (можно взбить одни желтки) и постепенно подливайте их в теплое молоко, непрерывно размешивая. Поставьте на огонь и размешивайте, пока смесь не загустеет, но не доводите до кипения. Снимите с огня, мешайте еще 3–4 минуты, чтобы смесь немного не остыла, добавьте ваниль. Процедите через сито и уберите в холодное место для остывания. Полученный крем заморозьте в специальной машине-мороженице. Вы знаете, как приготовить молочное мороженое. Добавляя в него ароматические вещества, любимые орехи и фрукты, вы получите новый вид мороженого. Можете подавать его в разных формах и именовать, как пожелает ваша душа – все зависит от вашей фантазии.

Соусы

С помощью молока можно приготовить много разных соусов к различным блюдам: мясу, птице, сладким блюдам. Смело по вкусу добавляйте любимые специи, приправы – и получите необыкновенно вкусный и изысканный соус, который будут хвалить ваши гости или домочадцы.

«Простота»

Ингредиенты

1 стакан молока, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Прожарьте муку с маслом и влейте постепенно горячее молоко. Варите соус, помешивая, 10 минут, посолите и поперчите по вкусу.

Соус по-английски

Ингредиенты

$^1/_2$ л молока, 2 $^1/_2$ столовые ложки сливочного масла, $^1/_2$ стакана сливок, 100 г белого хлеба, луковица, гвоздика, соль.

Способ приготовления

Вскипятите молоко, добавьте хлеб, протертый сквозь сито без корок, сливочное масло, очищенную головку лука, воткнув в него гвоздику, и посолите по вкусу. Варите 10 минут, уберите луковицу, остальную массу взбейте, добавляя сливки. Этот соус подавайте горячим к вареному мясу и птице.

Молочный соус к вареной телятине, курице

Ингредиенты

1 $^1/_2$ стакана молока, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 яйца, 1 чайная ложка сахара, лимонная цедра, соль.

Способ приготовления

Прожарьте муку на сковороде с маслом, разведите молоком, размешайте до гладкости и вскипятите два раза. Когда немного

остынет, вбейте желтки, добавьте соль по вкусу, сахар и натертую лимонную цедру. Налейте 1 $^1/_2$ стакана бульона, в котором варилась курица или телятина, и доведите до кипения, но не кипятите. Процедите приготовленный соус.

«Шоколадный»

Ингредиенты

1 $^1/_2$ стакана молока, 2 яйца, 3 столовые ложки сахара, 1 $^1/_2$ столовые ложки какао, 1 чайная ложка муки, ванилин.

Способ приготовления

Разотрите сахар с желтками, добавьте какао и муку, размешайте и залейте горячим молоком. Варите до загустения, непрерывно помешивая. Снимите с огня, процедите и добавьте немного ванилина.

«Сырный»

Ингредиенты

$^1/_2$ л молока, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки муки, 3 яйца, 200 г пармезана.

Способ приготовления

Нагрейте 1 столовую ложку масла, обжарьте в нем муку, посолите по вкусу и разведите горячим молоком. Доведите, непрерывно помешивая, до кипения, процедите. В кипящий соус добавьте тертый пармезан и размешайте. Заправьте соус яичными желтками и оставшимся сливочным маслом. Этот соус нужно подавать горячим к мясу.

«Рассвет»

Ингредиенты

$^1/_2$ л молока, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 $^1/_2$ стакана томатного сока, 2 столовые ложки муки, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Нагрейте 1 столовую ложку масла, обжарьте в нем муку, посолите по вкусу и разведите горячим молоком. Доведите, непрерывно помешивая, до кипения, процедите. В соус добавьте томатный сок, соль и перец по вкусу, заправьте оставшимся сливочным маслом. Этот соус можно подавать к макаронным

изделиям.

Кремы молочные

Вы задумались над тем, что подать на завтрак или на десерт, чтобы это было вкусно и красиво? Лучшее решение – крем. Этот изысканный десерт придется по душе взрослым и детям.

«Забава»

Ингредиенты

2 $^{1}/_{2}$ стакана молока, $^{3}/_{4}$ ст. молотого кофе, $^{1}/_{5}$ стакана сахара, 10 яиц, фрукты.

Способ приготовления

Сварите крепкий кофе и смешайте его с кипяченым молоком, сахаром, яичными желтками. Тщательно размешайте и процедите сквозь сито. Влейте смесь в формочки и поставьте в посуду с кипящей водой, сразу уменьшив огонь, чтобы вода не кипела. Когда смесь загустеет так, что ее можно резать ножом, выньте формы и поставьте в холодное место. Выложите крем на блюдо и украсьте нарезанными бананами, киви, клубникой.

«Миндальный»

Ингредиенты

3 стакана молока, $^{1}/_{2}$ стакана миндаля (сладкого), $^{1}/_{2}$ стакана сахара, 8 миндалин (горьких), сироп или молочный соус к сладким блюдам.

Способ приготовления

Очистите миндаль, измельчите и разведите молоком. Процедите, отожмите и всыпьте сахар. Отделите яичные желтки, смешайте с миндальным молоком, размешайте и процедите через сито. Влейте смесь в формочки и поставьте в посуду с кипящей водой, сразу уменьшив огонь, чтобы вода не кипела. Когда смесь загустеет так, что ее можно резать ножом, выньте формы и поставьте в холодное место. Выложите крем на блюдо и полейте сиропом, молочным или шоколадным соусом.

«Этюд»

Ингредиенты

2 стакана молока, 1 плитка шоколада, 10 желтков, $^{1}/_{2}$ стакана

сахара.

Способ приготовления

Натрите на терке шоколад, всыпьте его вместе с сахаром в молоко и вскипятите. Когда молоко остынет, добавьте желтки, размешайте и процедите через сито. Влейте смесь в формочки и поставьте в посуду с кипящей водой, сразу уменьшив огонь, чтобы вода не кипела. Когда масса загустеет так, что ее можно резать ножом, выньте формы и поставьте в холодное место. Выложите крем на блюдо и полейте молочным соусом или подайте соус отдельно.

«Влюбленный»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ стакана сливок (густых), $^{1}/_{5}$ стакана сахарной пудры, 12 г желатина, ванилин.

Способ приготовления

Растворите желатин в холодной воде и оставьте на 20 минут, после чего отожмите и растворите, хорошо помешивая, в $^{1}/_{4}$ стакана кипятка. Влейте сливки в кастрюлю, поставьте в холодную воду и взбивайте до образования густой пены.

Добавьте, все время помешивая, сахарную пудру, ванилин по вкусу и влейте растворенный желатин. Разлейте крем в формочки и охладите.

Творожные блюда

Запеканка «Любовь»

Ингредиенты

1/2 кг творога, 3 картофелины, 3 столовые ложки муки, 4 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 яйца, соль.

Способ приготовления

Отварите картофель, пропустите через мясорубку, добавьте творог, яйца, муку, соль. Все хорошо перемешайте. Смажьте приготовленную форму маслом, положите в нее подготовленную массу. Полейте сверху жидкой сметаной и поставьте в духовой шкаф для запекания.

Творожок «Любительский»

Ингредиенты

250 г творога, 50 г зеленого лука, 3 столовые ложки сметаны, соль.

Способ приготовления

Мелко нарежьте зеленый лук, смешайте с творогом, посолите по вкусу и залейте сметаной.

Вареники «Обыкновенное чудо»

Ингредиенты

1/2 кг творога, 2 яйца, 1/2 стакан молока, 2 стакана муки, 2 столовые ложки сахара, 4 столовые ложки сливочного масла, соль.

Способ приготовления

В молоко вбейте 1 яйцо, посолите, всыпьте муку и замесите крутое тесто. Творог пропустите через мясорубку или протрите сквозь сито, добавьте в него сахар, желток, 1 столовую ложку растопленного сливочного масла, 1/2 чайной ложки соли и тщательно перемешайте. Раскатайте тонко тесто, стаканом вырежьте кружочки, смажьте взбитым белком. Положите на каждый кружочек по 1 чайной ложке творожной массы, края соедините и защипите. Опустите вареники в подсоленный

кипяток и варите. Выньте шумовкой, когда они всплывут. Положите на блюдо и полейте растопленным сливочным маслом.

К столу подайте отдельно сметану, сахар или мед.

Творожники «Городские»

Ингредиенты

$^1/_2$ кг творога, 1 яйцо, 2 столовые ложки сахара, $^1/_5$ стакана муки, ванильный сахар, соль.

Способ приготовления

Пропустите творог через мясорубку или протрите сквозь сито в глубокое блюдо. Добавьте половину муки, яйцо, сахар, соль, ванилин по вкусу. Хорошо перемешайте и разделите на равные лепешки. Каждую из них обваляйте в муке и обжарьте с двух сторон на разогретой сковороде с маслом до образования румяной корочки.

Галушки из творога

Ингредиенты

$^1/_2$ кг творога, 2 яйца, 3 столовые ложки сахара, 1 стакан муки, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Протрите творог сквозь сито, добавьте яйца, сахар, растопленное сливочное масло, соль и хорошо перемешайте, всыпьте муку и замесите. Из творожного теста сформируйте клецки.

Опустите их в кипящую подсоленную воду и варите, пока не всплывут. Выньте готовые галушки шумовкой и положите на блюдо, полейте сметаной или растопленным сливочным маслом. Можно обвалять галушки в поджаренных на сливочном масле тертых сухарях.

Сырники «Древнерусские»

Ингредиенты

1 кг творога, 2 яйца, 2 стакана муки, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки тертых сухарей.

Способ приготовления

Протрите творог сквозь сито, добавьте яйца, муку, соль. Готовое тесто раскатайте на разделочной доске, посыпанной

мукой, и нарежьте на кусочки или вырежьте формочкой кружочки. Опустите сырники в подсоленный кипяток. Выньте шумовкой, когда они всплывут, и облейте растопленным сливочным маслом, посыпьте тертыми сухарями.

Сырники «Хрустящие»

Ингредиенты

1 кг творога, 2 яйца, 2 стакана муки, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

Протрите творог сквозь сито, добавьте яйца, муку, соль. Раскатайте тесто на разделочной доске, посыпанной мукой, и вырежьте формочкой кружочки. Обжарьте на разогретой сковороде с двух сторон до золотистого цвета.

Выложите на блюдо, полейте сметаной и подайте к столу с сахаром.

Творожная масса «Медок»

Ингредиенты

250 г творога, 1 яйцо, 150 г меда (натурального), 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки сахара.

Способ приготовления

Протрите творог сквозь сито. Желток разотрите с сахаром и подогретым медом. Все компоненты смешайте, добавьте мягкое сливочное масло и взбейте. Подайте отдельно к столу взбитые сливки.

Готовим ланч

Между стаканом кефира или сока, выпитым рано утром, и сытным обедов проходит около пяти-шести часов.

И большинство людей в 10–11 часов утра уже задумываются о том, что неплохо было бы перекусить. А если отказывать себе в этом у вас нет причин, то почему бы не устроить себе второй завтрак – ланч.

Для того чтобы подкрепить силы, вам и вашим близким в первой половине дня нужен «привал для ланча». Вкусный и полезный второй завтрак можно приготовить везде, где бы вы ни находились: дома, на работе или на даче.

Ланч должен быть сытнее первого завтрака. Но не забывайте о том, что вас ждет впереди питательный обед. В обеденный перерыв у вас будет больше времени и возможности подкрепиться как следует.

В рецептуре блюд к ланчу непременными компонентами являются овощи и фрукты, натуральные соки и молочные продукты, содержащие в себе большое количество витаминов. Именно их наличие в вашей крови позволит вам чувствовать себя прекрасно в течение всего дня. Пришла пора отказаться от ланча с привычными бутербродами и скучными кашами. С нашей помощью вы можете значительно разнообразить второй завтрак и превратить его в настоящий праздник.

Проверено многими: вкусный ланч обеспечит отличное настроение.

Приятного аппетита!

Ланч для домашних

Некоторые люди, которых можно назвать счастливыми, не знают, что такое ланч на работе. Они во время второго завтрака находятся дома. Поэтому у этих счастливцев есть возможность порадовать себя и своих близких чем-нибудь особенно вкусным в этот утренний час.

Для ланча вы можете приготовить легкий овощной или фруктовый суп. Он отличается от горячего первого своей легкостью. После первого завтрака ваши домашние проголодались, и им необходимо небольшое подкрепление сил перед обедом. Бутерброды оставьте на крайний случай, а в домашних условиях побалуйте близких вкусными и ароматными супами для ланча.

Суп-пюре для ланча «Яблонька»

Ингредиенты

200 г яблок, 1 столовая ложка сахара, 1 лимон, 70 г белого хлеба, 2 стакана воды, 3 столовые ложки риса.

Способ приготовления

Яблоки помойте, нарежьте ломтиками и очистите от семян. Залейте яблоки горячей водой, накройте кастрюлю крышкой и доведите до кипения. Затем убавьте огонь и варите яблоки до тех пор, пока они не станут мягкими. Отваренные яблоки протрите через сито. Отделите корку белого хлеба от мякоти и порежьте мякоть небольшими кубиками. Хлебные кубики добавьте в яблочное пюре. Рис хорошенько промойте и залейте водой. Отварите его до готовности и слейте оставшуюся воду. Рис засыпьте в яблочную смесь. Лимон очистите от кожуры и мелко порежьте. Кусочки лимона и сахар добавьте в пюре. Разбавьте суп-пюре кипяченой водой до нужной вам консистенции.

«Восточное лакомство»

Ингредиенты

150 г риса, 150 г кураги, 50 г сливочного масла, $^1/_2$ л фруктового йогурта, 2 столовые ложки сахара, корица, 1 $^1/_2$ стакана воды.

Способ приготовления

Рис хорошенько промойте и отварите в воде до готовности. Оставшуюся воду слейте и добавьте в рис масло. Курагу замочите в теплой воде на 10–15 минут. После этого доведите ее до кипения и варите на медленном огне около 10 минут.

Смешайте отваренный рис и курагу, добавьте сахар и корицу по вкусу. Все заправьте фруктовым йогуртом.

«Лакомка»

Ингредиенты

$^1/_2$ л молока, $^1/_2$ л воды, 6 столовых ложек овсяных хлопьев «Геркулес», 2 чайные ложки сливочного масла, 2 яблока, 2 столовые ложки изюма, сахар, корица, соль.

Способ приготовления

Воду доведите до кипения, добавьте молоко. Сразу же после этого всыпьте овсяные хлопья и специи по вкусу. Изюм промойте и замочите в теплой водой на 10 минут. По истечении времени изюм засыпьте в общую смесь. Доведите суп до кипения и убавьте огонь. Помешивая, варите кашу в течение 15 минут. После этого снимите с огня. Яблоки помойте, порежьте дольками и очистите от сердцевины. Потрите яблоки на крупной терке. Яблочное пюре добавьте в овсяную кашу и хорошенько перемешайте.

«Пестрый»

Ингредиенты

$^1/_2$ стакана пшеничной крупы, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 1 стакан клюквы (свежей), 1 яблоко, $^1/_2$ л кефира, 1 $^1/_2$ ст. воды, корица, соль.

Способ приготовления

Воду вскипятите и посолите. В кипящую воду засыпьте пшеничную крупу и доведите кашу до кипения. Убавьте огонь и варите 6–7 минут. После варки дайте каше настояться некоторое время, а затем слейте оставшуюся в каше жидкость.

Вареное яйцо очистите и порежьте кубиками. Яблоко помойте, очистите от семян и также порежьте кубиками. В пшеничную кашу добавьте порезанные продукты, промытую клюкву и специи по вкусу. Разведите суп кефиром.

«Рог изобилия»

Ингредиенты

300 г чернослива, 2 столовые ложки сахара, 1 стакан фруктового сока, 1 столовая ложка крахмала, 1 лимон, корица, соль.

Способ приготовления

Чернослив промойте холодной водой и залейте немного остывшей кипяченой водой. Пусть он набухнет. После этого поставьте его на огонь и варите, пока он не разварится. Протрите чернослив через сито и в полученное пюре добавьте специи по вкусу. Также влейте фруктовый сок. Крахмал разведите в теплой воде и добавьте к общей массе. Суп на слабом огне доведите до кипения. После чего сразу снимите его с огня. Перед употреблением охладите суп и добавьте в уже охлажденный лимон, нарезанный дольками.

Запеченная рыба «Молочное море»

Ингредиенты

300 г филе рыбы (любой), 2 яйца, $^1/_2$ стакана молока, 1 чайная ложка сливочного масла, 1 столовая ложка растительного масла, соль.

Способ приготовления

Мясо рыбы очистите от костей и нарежьте на одинаковые кусочки. Обжарьте их в глубокой сковороде на растительном масле. Накройте сковороду крышкой и убавьте огонь. Добавьте немного воды к рыбе и потушите около 10 минут.

Яйца смешайте с молоком, посолите по вкусу. Хорошенько взбейте молочную смесь. На сковороде растопите сливочное масло и равномерно разложите кусочки рыбы. После этого залейте рыбу приготовленным соусом и запекайте в духовке при средней температуре до готовности.

Рыбный омлет «Нежный»

Ингредиенты

200 г рыбы (любой), 1 яйцо, $^2/_3$ стакана молока, 2 столовые ложки грецких орехов (очищенных), 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка майонеза, зелень (любая), перец, соль.

Способ приготовления

Мясо рыбы промойте, очистите от костей. Порежьте филе рыбы на небольшие тонкие кусочки. В небольшую чашку сложите эти кусочки и залейте майонезом. Поставьте чашку в холодильник на 20 минут.

В чашку с молоком разбейте яйцо, добавьте соль и перец по вкусу и хорошенько перемешайте.

Рыбу достаньте из холодильника и тут же обжарьте на сковороде на раскаленном растительном масле до золотистой корочки. Сложите обжаренную рыбу в глубокую сковородку, посыпьте измельченными орехами, разложите лимонные дольки и все залейте молочным соусом. Поставьте сковороду в духовку, предварительно нагретую до средней температуры. После этого сделайте огонь умеренным и выпекайте омлет в течение 5–7 минут.

«Красная заря»

Ингредиенты

300 г свеклы, 1 морковка, 1 корень петрушки, $^1/_2$ стакана сметаны, 3 столовые ложки томатного сока, 1 лимон, 1 столовая ложка муки, 20 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Очистите и порежьте тонкой соломкой свеклу, морковь и петрушку. Засыпьте измельченные овощи в глубокую сковороду и сбрызните все соком, который вы выдавили из лимона. Добавьте в сковороду масло и немного воды. Тушите на среднем огне до готовности, подливая по необходимости воду и помешивая.

Готовое блюдо заправьте сметаной, смешанной с томатным соусом и мукой. Посолите по вкусу.

«Радуга»

Ингредиенты

300 г краснокочанной капусты, 2 яблока, 3 столовые ложки шпика, 1 луковица, 2 гвоздички, 1 лимон, 1 чайная ложка сахара, 1 $^{1}/_{2}$ чайной ложки уксуса, соль.

Способ приготовления

Капусту мелко нашинкуйте и ссыпьте в кастрюлю. Добавьте туда же все специи и уксус. Шпик мелко нарежьте и засыпьте в кастрюлю. Лук очистите и мелко нашинкуйте, лук соедините с капустой. Долейте немного воды в капусту и поставьте ее тушить до полуготовности.

Яблоки помойте, очистите от сердцевины и порежьте дольками средней толщины. Поверх капусты уложите яблоки равномерным слоем. Кастрюлю накройте крышкой и поставьте на огонь. Теперь вам нужно тушить капусту до полной готовности. Лимон очистите от кожуры и порежьте дольками. Блюдо с капустой украсьте дольками лимона.

«Миланские башни»

Ингредиенты

300 г помидоров, 2 столовые ложки маргарина, 150 г панировочных сухарей, 100 г ветчины, 1 яйцо, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Помидоры опустите сначала в горячую воду, а затем в холодную. После этого вам будет легко снять с них кожицу. Очищенные помидоры нарежьте ломтиками.

Яйцо отварите и порежьте кружочками толщиной 1–1 $^{1}/_{2}$ см. Маргарин растопите на сковороде и положите туда помидоры, предварительно обваляв их в сухарях.

Ветчину порежьте тонкими ломтиками и положите вторым слоем на помидоры. На ветчину – веточки петрушки. Следующий слой выложите из кружочков яиц, этот слой слегка посолите и поперчите. После яиц снова петрушка, за ней – ветчина.

В завершение положите кружочек помидора на каждую «башенку». Не забудьте прежде обвалять помидоры в сухарях. Посолите и поперчите по вкусу верхний слой. Положите на каждую башенку небольшой кусочек маргарина. После всего этого поставьте сковороду в духовку, предварительно нагретую. При средней температуре выпекайте «башенки» до образования румяной корочки.

«Серебро фараонов»

Ингредиенты

2 баклажана, 200 г мясного фарша (любого), 3 помидора, 2 столовые ложки плавленого сыра, 2 дольки чеснока, 2 столовые ложки сметаны, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Баклажаны помойте, очистите от «хвостиков» и разрежьте пополам вдоль. Ложкой выньте серединку и смешайте ее с мясным фаршем.

В фарш также добавьте измельченный чеснок, соль и перец по вкусу. Все хорошенько перемешайте. Приготовленным фаршем наполните каждую половинку. Помидоры порежьте кружочками толщиной 1 $^{1}/_{2}$ см и положите их на каждую половинку баклажана.

Баклажаны сложите на противень, посыпьте тертым сыром и запекайте в духовке при средней температуре. Перед подачей полейте сметаной и посыпьте измельченной петрушкой.

Деловой ланч

Возможности делового ланча очень ограничены во времени и приготовлении. К сожалению, не все начальники заботятся о здоровье своих подчиненных. Поэтому горячее питание не всегда является нормой для ланча в рабочее время. Но наши сограждане известны своей предприимчивостью и запасаются на этот случай бутербродами, сэндвичами и т. д.

Даже если вы считаете себя мастером приготовления бутербродов, то знайте – новая информация о бутербродах еще никому не повредила. Для тех, кто привык к ланчу с бутербродами, на которых могут быть только сыр или колбаса, нужно пересмотреть отношение к ланчу и бутербродам вообще.

«Дружба»

Ингредиенты

2 ломтика пшеничного хлеба, 1 яйцо, 20 г колбасы, 15 г сыра (любого), 1 столовая ложка майонеза, 2 чайные ложки растительного масла.

Способ приготовления

Растительное масло разогрейте на сковороде и обжарьте на нем ломтики хлеба, только с одной стороны.

Яйцо отварите вкрутую. Очистите и мелко порежьте, так же мелко нашинкуйте колбасу. Смешайте нарезанные продукты и заправьте майонезом. Полученную смесь посолите и поперчите по вкусу. На ломтики хлеба с необжаренной стороны выложите массу. Покройте бутерброды сыром, натертым на терке. Духовку разогрейте и запекайте в ней бутерброды до образования румяной корочки. После этого выньте бутерброды из духовки и охладите.

«Гамлет»

Ингредиенты

2–3 ломтика ржаного хлеба, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 яйцо, соль.

Способ приготовления

Сливочное масло растопите на слабом огне. Ломтики хлеба обжарьте на масле с одной стороны, а затем переверните, не снимая с огня. Сырое яйцо взбейте с солью и залейте этой смесью поджаренные ломтики. Накройте крышкой сковороду и подержите бутерброды на медленном огне 3–4 минуты, после этого содержимое сковороды переверните на тарелку и охладите. Вы можете украсить этот бутерброд зеленью укропа, петрушки.

«Амстердам»

Ингредиенты

2 ломтика пшеничного хлеба, 20 г сливочного масла, 1 яблоко, 20 г сыра.

Способ приготовления

Намажьте маслом ломтики хлеба. Яблоки очистите, нарежьте тонкими ломтиками и положите на хлеб. Сыр натрите на терке и посыпьте им бутерброд.

«Солнечный»

Ингредиенты

2 ломтика пшеничного хлеба или батона, 1 яйцо, 2 столовые ложки молока, $^1/_2$ чайной ложки сахара, 1 лимон, 1 столовая ложка сливочного масла.

Способ приготовления

Яйцо разбейте в молоко и засыпьте туда же сахар. Взбейте смесь до полного растворения сахара. Масло разогрейте на сковороде. Ломтики хлеба смочите в молоке, которое вы взбили, и обжарьте на сковороде. Лимон очистите от кожуры и порежьте тонкими кружочками. На гренки выложите тонкий слой лимонных кружков.

«Паштетный»

Ингредиенты

1 яйцо, 2 ломтика ржаного хлеба, 2 чайные ложки сливочного масла, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Яйцо отварите и очистите. Отделите желток от белка и разотрите вилкой. Белок измельчите ножом. Смешайте желток и белок, посолите и добавьте перца по вкусу. Заправьте полученную смесь маслом и хорошенько перемешайте. Ломтики хлеба намажьте яичным паштетом и посыпьте измельченной петрушкой.

«Полянка»

Ингредиенты

2 ломтика ржаного хлеба, 2 столовые ложки грибов (любых, отваренных или маринованных), 1 яйцо, 1 чайная ложка горчицы, 2 столовые ложки сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Ломтики хлеба обжарьте на небольшом количестве масла с обеих сторон и охладите. После этого намажьте хлеб оставшейся частью сливочного масла.

Яйцо отварите, почистите и отделите желток от белка. Сделайте это аккуратно, чтобы не повредить форму белка. Возьмите желток и измельчите его вилкой. Грибы порубите ножом и соедините с желтком, все посолите и поперчите. Полученную смесь заправьте горчицей.

Белок нарежьте кольцами и уложите по несколько колец на каждый ломтик бутерброда. В середину каждого кольца уложите грибную массу.

«Вкусная лужайка»

Ингредиенты

2 ломтика ржаного хлеба, 1 яйцо, 60 г мяса (любого, вареного), 2 чайные ложки сливочного масла, зелень петрушки.

Способ приготовления

Яйцо отварите вкрутую, очистите от скорлупы. Яйцо и мясо пропустите через мясорубку. Размешайте продукты до однородной массы, посолите и разотрите с маслом. Охладите полученную смесь. После чего ломтики хлеба покройте мясной пастой. Украсьте бутерброды зеленью петрушки.

«Сладкий»

Ингредиенты

3 столовые ложки творога, 2 чайные ложки варенья с ягодами (любого), 2 ломтика белого хлеба или батона.

Способ приготовления

Творог смешайте с вареньем и поставьте полученную смесь в холодильник на 5 минут. После этого намажьте ломтики хлеба сладкой массой.

«Долгожданная радость»

Ингредиенты

3 ломтика черного хлеба, 2 столовые ложки сливочного масла, 50 г балыка, соль, 1 лимон.

Способ приготовления

Ломтики хлеба поджарьте с обеих сторон на сковороде. Для этого вы можете использовать 1 столовую ложку сливочного масла. Балык порежьте тонкими продолговатыми пластинами. Поджаренные ломтики хлеба намажьте оставшимся маслом и уложите на каждый из них по несколько кусочков балыка. Бутерброд сверху посолите и украсьте лимоном, который следует предварительно очистить от кожуры и порезать тонкими кружками.

«Сюрприз для мужа»

Ингредиенты

3 ломтика пшеничного хлеба, 50 г свинины, 1 яйцо, 1 помидор, 1 столовая ложка сливочного масла, 20 г шпика, перец, соль.

Способ приготовления

На небольшом количестве масла поджарьте только с одной стороны ломтики хлеба. Неподжаренную сторону гренок смажьте маслом.

Мякоть свинины нарежьте прямоугольными ломтиками толщиной 1 см и слегка отбейте. Яйцо взбейте, посолите и поперчите по вкусу. Мясо обмакните в яичной массе и обжарьте на шпике. Жарьте на среднем огне до готовности. Затем мясо охладите.

На бутерброд с маслом поместите остывшее мясо. Помидор, порезанный на тонкие кружочки, завершит сооружение этих замечательных сэндвичей.

«Забава пирата»

Ингредиенты

3 ломтика черного хлеба, 40 г грудинки (копченой), 1 баклажан, 1 огурец, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка майонеза, соль.

Способ приготовления

Черный хлеб обжарьте с обеих сторон на растительном масле. Баклажан порежьте тонкими кружочками и замочите в соленой воде на 10 минут. А после этого также обжарьте до коричневатой корочки.

Копченую грудинку порежьте тонкими (1 см шириной) пластинками. Огурец порежьте тонкими кружочками. Ломтики хлеба смажьте майонезом и положите на бутерброды первый уровень – жареные баклажаны. На них положите ломтики грудинки. Кружочки огурцов положите на верх сэндвича.

«Три поросенка»

Ингредиенты

3 ломтика пшеничного хлеба, 50 г свинины (жареной), 30 г сыра (любого), 2 чайные ложки горчицы, 1 помидор, 1 столовая ложка растительного масла.

Способ приготовления

На растительном масле обжарьте ломтики хлеба. Жареную свинину измельчите ножом и нанесите в нужной пропорции на гренки, которые вы смазали горчицей.

Помидоры порежьте кружочками средней толщины и разместите их на сэндвиче. Все приготовленное вами посыпьте сверху сыром, натертым на крупной терке.

«Медальон»

Ингредиенты

200 г рыбы (любой), 3 булочки (маленькие), 3 столовые ложки сливочного масла, 1 лимон, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки грибов (любых, жареных), 20 г плавленого сыра, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Булочки разрежьте посередине и обжарьте каждую половинку с внутренней стороны на сливочном масле. Используйте филе любой рыбы: нарежьте тонкими ломтиками толщиной $^1/_2$–1 см, слегка отбейте. Придайте рыбным отбивным круглую форму, посолите, поперчите по вкусу. Обваляйте рыбное филе в муке и обжарьте в кипящем масле.

Медальоны из рыбы положите на нижние части булочек. Следующий слой выложите из зелени петрушки. А на петрушку положите слой жареных грибов. Сверху полейте начинки бутербродов свежевыжатым соком лимона. Накройте каждый бутерброд верхней частью булочки, посыпьте плавленым сыром, который предварительно натрите на терке. Булочки разместите на противне и запеките в духовке при низкой температуре. Как только сыр расплавится, бутерброды готовы.

«Подводная лодка»

Ингредиенты

1 батон, 200 г мясного фарша (любого), 1 яйцо, 1 лимон, 50 г плавленого сыра, перец, соль.

Способ приготовления

У белого батона (среднего размера) срежьте верх и удалите большую часть хлебного мякиша. Таким образом батон будет напоминать по виду плоскодонную лодку.

Возьмите половину накрошенного мякиша и смешайте его с мясным фаршем. Вбейте туда сырое яйцо. Посолите и поперчите полученную смесь. Заполните фаршем батон. Лимон очистите от кожуры и порежьте тонкими колечками. Уложите лимонные кружочки на отверстие в батоне. Оберните батон в фольгу и выпекайте в духовке при средней температуре.

Через 40–45 минут бутерброд будет готов. Освободите его от фольги, но оставьте на противне. Посыпьте «лодку» плавленым сыром, натертым на мелкой терке. Снова поставьте в духовку, чтобы сыр расплавился. После этого охладите бутерброд. Перед подачей к столу нарежьте его ломтиками.

«Стройная фигура»

Ингредиенты

2 ломтика черного хлеба, 20 г сыра (любого), 20 г говяжьей грудинки (отваренной), зелень петрушки, зелень укропа, соль.

Способ приготовления

Отваренную говяжью грудинку посолите по вкусу и порежьте тонкими ломтиками. На ломтики хлеба положите несколько веточек петрушки, на нее – ломтики мяса, сверху посыпьте их тертым сыром. Веточки укропа завершат эту «строгую конструкцию».

Мясной рулет «Греческий»

Ингредиенты

200 г говяжьей мякоти, 1 яйцо, 40 г грецких орехов (очищенных), $^1/_2$ луковицы, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Говяжью мякоть очистите от сухожилий и разрежьте пластом толщиной 1 см. После этого слегка отбейте, посолите и поперчите мясо. Грецкие орехи и петрушку пропустите через мясорубку. Добавьте к орехам сырое яйцо и посолите полученную массу. Фарш выложите на приготовленное мясо и сверните его рулетом. Заверните рулет в марлю, перевяжите его ниткой. Варите рулет в подсоленной воде 20–30 минут.

Готовый рулет положите под пресс на 1 час в холодное место. Перед употреблением снимите марлю и нитки, нарежьте тонкими ломтиками.

Паштет из печени «Щедрый хозяин»

Едят паштет холодным, поэтому он будет отличной домашней заготовкой для рабочего ланча. Печеночный паштет вы можете использовать для бутерброда или как гарнир. Отваренный картофель или яйца – отличное дополнение к этому паштету. Вкусный ланч вам обеспечен!

Ингредиенты

200 г говяжьей печени, 20 г шпика, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 морковка, лавровый лист, перец душистый.

Способ приготовления

Печень обмойте, очистите от пленок и желчных протоков, нарежьте небольшими брусочками. Морковь очистите и порежьте кубиками (среднего размера). Печень и морковь жарьте до готовности со шпиком на сковородке. Непосредственно перед готовностью добавьте лавровый лист и несколько горошин перца.

После жарки дайте печени и моркови остыть. Затем пропустите все это через мясорубку. Полученную массу сложите в кастрюлю, добавьте соли по вкусу. Постепенно добавляйте в паштет сливочное масло, при этом взбивайте его лопаточкой. Приготовленный паштет храните в стеклянной банке в холодном месте.

Оладьи из печени «Приглашение к ланчу»

Оладьи из печени очень вкусные в любом виде: и горячие, и холодные. Для ланча на работе вы можете прихватить из холодильника эти оладьи, и вам не придется разогревать их.

Ингредиенты

300 г печени, 1 луковица, $^1/_3$ стакана манной крупы, 1 яйцо, 1 лимон, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Луковицу очистите и мелко порежьте. На растительном масле обжарьте лук до золотистого цвета. Сварите на воде негустую манную кашу.

Печень очистите от пленок, пропустите ее и поджаренный лук через мясорубку.

В фарш из печени разбейте сырое яйцо, добавьте манную кашу. Лимон очистите и выдавите из него сок. Добавьте сок лимона в фарш и посолите по вкусу, также по вкусу добавьте в массу перца черного или красного, на ваше усмотрение. Перемешайте полученную массу и сформируйте фарш в шарики (одинакового размера). Обжарьте оладьи на растительном масле.

Напитки к ланчу

Чай «Желание»

Ингредиенты

2 столовые ложки крупнолистового черного чая, 1 лимон, $^1/_2$ чайной ложки ванилина, 1 л воды, сахар.

Способ приготовления

Приготовьте заварочный чайник. Вскипятите воду. Обварите крутым кипятком чайник и засыпьте в посуду чай, залейте кипятком, поставьте его настояться в теплое место. Через несколько минут он будет готов.

Смешайте ванилин с сахаром и добавьте ароматную смесь в чай по вкусу. Лимон очистите и порежьте тонкими ломтиками, подайте к столу на блюдце.

Взбитые сливки придадут вашему чаю мягкость и новый вкус. Довольно симпатичная картинка – чашка черного чая с белоснежной сливочной горкой.

Чай «Облака»

Ингредиенты

2 столовые ложки гранулированного черного чая, 2 столовые ложки сливок, 1 чайная ложка ванили, 1 л воды, сахар.

Способ приготовления

Доведите воду до кипения. Ополосните кипятком заварочный чайник и засыпьте в него чай. Крутым кипятком заварите тонизирующий напиток. Накройте чайник крышкой, и пусть чай 2–3 минуты настаивается.

Сливки охладите в холодильнике и взбейте с ванилью. Разлейте чай по чашкам и добавьте в каждую порцию воздушные сливки и сахар по вкусу.

Если ваше начальство совсем не против капельки алкоголя в чае своих сотрудников во время ланча или вы сам себе начальник, то почему бы не поддержать свое здоровье замечательным чаем?

Чай «Шедевр» отличают терпкий аромат и сладкая крепость. Отличный способ взбодриться!

Чай «Шедевр»

Ингредиенты

2 столовые ложки крупнолистового чая, 1 лимон, 2 чайные ложки коньяка, лед, вода, мед.

Способ приготовления

Очистите лимон от кожуры. Просушите ее в теплой духовке. После этого протрите лимонную цедру через мелкую терку. Доведите до кипения воду и обварите кипятком заварочный чайник. Засыпьте в приготовленную посуду чайные листья и измельченную кожицу лимона. Залейте содержимое чайника кипятком. Пусть чай постоит немного, и через 3 минуты вы можете разлить его по чашкам.

Из лимона выжмите сок и смешайте его с коньяком.

Добавьте в получившийся коктейль кубики льда и разлейте его в чашки с чаем. Добавьте в чай мед по вкусу и подавайте к столу.

Чай «Зеленая влага»

Ингредиенты

2 столовые ложки зеленого чая, 1 лимон, 10 г листьев вишни, 1 л воды, сахар.

Способ приготовления

Для приготовления этого чая вам потребуются молодые листья вишни. Промойте их холодной водой, просушите в темном теплом месте, измельчите ножом.

Вскипятите воду.

Приготовьте заварочный чайник, обдайте кипятком и засыпьте в него вишневые листья и чай. Чай должен настояться в течение 5 минут, для этого накройте заварочный чайник крышкой и поставьте в теплое место.

Лимон очистите от кожуры и выдавите из него сок. Вам следует влить этот сок в чай перед употреблением. В последнюю очередь добавьте в ароматный напиток сахар по вкусу.

Чай «Скрипка»

Ингредиенты

100 г ягод черной смородины, 20 г листьев смородины, 1 л воды, сахар.

Способ приготовления

Промойте ягоды и листья смородины холодной водой, просушите их в теплой духовке. После этого листья смородины измельчите острым ножом.

Вскипятите воду и приготовьте заварочный чайник. Засыпьте в посуду ягоды и измельченные листья. Залейте содержимое чайника кипятком и дайте настояться чаю в течение 10 минут. В чай из смородины добавьте сахар по вкусу. Этот чай можно пить как горячим, так и охлажденным.

Во время делового ланча времени хватает только на чай, заваренный на скорую руку. А он не всегда достаточно крепкий и ароматный. Зачем же лишать себя маленького удовольствия?

Чай «Свежее дыхание» не требует от вас особого старания. От этого ароматного напитка улучшится самочувствие и работоспособность. И соответственно – ваше настроение.

Чай «Свежее дыхание»

Ингредиенты

20 г мяты, 1 лимон, $^1/_2$ столовые ложки гранулированного чая, 1 л воды, мед.

Способ приготовления

Листья мяты, свежие или просушенные, измельчите ножом. Вскипятите воду и приготовьте специальную посуду для заваривания.

Желательно, чтобы она была керамическая. В этом случае аромат чая будет чистым и приятным. Засыпьте туда измельченную мяту и чайные гранулы.

Залейте чай кипятком и дайте настояться. Через 5 минут чай достаточно наполнится ароматом и мяты. И вы можете разливать его по чашкам и подавать к столу.

В этот бодрящий и освежающий чай добавьте по вкусу мед, он усилит лечебное свойство мятного чая.

Чай «Букет для любимой»

Ингредиенты

50 г лепестков розы, 2 столовые ложки цветков шиповника, 1 чайная ложка ванили, 1 л воды, сахар.

Способ приготовления

Вам лучше заварить этот великолепный цветочный чай в керамической посуде. Вскипятите воду и обдайте кипятком выбранную посуду. Промойте холодной водой лепестки розы и шиповника, затем слегка подсушите.

Засыпьте их в посуду для заваривания и залейте кипящей водой. Чай должен настояться 10–15 минут, после чего он готов к употреблению. Добавьте в чай сахар, предварительно смешанный с ванилью. Розовый чай можно пить холодным, он обладает жаждоутоляющим и тонизирующим свойством.

Кофе «Халибад»

Ингредиенты

3 столовые ложки молотого кофе, $^1/_2$ л воды, 1 г корицы, соль.

Способ приготовления

В специальную посуду для варки кофе налейте воды и доведите ее до кипения. Молотый кофе смешайте с корицей. Закипевшую воду снимите с огня и засыпьте туда кофе с корицей. Перемешайте и поставьте на средний огонь. Доведите напиток до кипения. Сразу после закипания снимите кофе с огня и разлейте по чашкам. Соль добавляется в кофе по вкусу.

Кофе «Искушение»

Тонким ручейком непревзойденный аромат и вкус ликера «Амаретто» вливается в кофе. Ореховый или мускатный привкус крепкого напитка конечно же отразится на вкусе вашего любимого кофе. Он станет более крепким, терпким и жгучим.

Ингредиенты

3 столовые ложки молотого кофе, $^1/_2$ л воды, 2 столовые ложки ликера «Амаретто», сахар, лед.

Способ приготовления

На дно специальной посуды для варки кофе вначале насыпьте небольшое количество сахара, около 1–2 чайные ложки сахара. На среднем огне поджарьте сахар до коричневого цвета. Затем залейте сахар холодной водой и доведите до кипения. Закипевшую воду снимите с огня и лишь после этого засыпьте в нее кофе.

Кофе нагрейте на среднем огне до кипения, после чего сразу снимите его с огня. Добавьте в кофе ликер «Амаретто», предварительно охлажденный. Разлейте ароматный напиток по чашкам и подавайте к столу с наколотым льдом.

Кофе «Аманда Ри»

Ингредиенты

3 столовые ложки молотого кофе, 3 столовые ложки фруктового сиропа, 1 л воды, сахар.

Способ приготовления

В кофейник, специальную посуду для варки кофе, засыпьте кофе и залейте его $^1/_2$ л горячей воды. На слабом огне доведите напиток до кипения, после чего сразу снимите кофе с огня. Добавьте в горячий кофе фруктовый сироп. Желательно использовать апельсиновый или вишневый.

В стаканы налейте холодную воду и подайте вместе с горячим кофе. Если делать поочередно маленькие глотки горячего кофе и холодной воды, то вы обязательно ощутите тончайший и неповторимый вкус кофе в контрасте. По мнению знатоков кофе, узнать этот напиток по-настоящему можно только таким способом.

Йогурт «Тропический»

Ингредиенты

500 г ряженки, 20 г меда, 50 г мякоти ананаса, 4 столовые ложки абрикосового сока.

Способ приготовления

Охлажденную ряженку взбейте с абрикосовым соком. Мед слегка растопите до жидкого состояния и постепенно вливайте в ряженку. Теперь тщательно взбейте йогурт. После получения однородной массы добавьте мякоть ананаса и перемешайте йогурт. Ананас можно использовать не только свежий, но и консервированный.

Йогурт «Соблазнительная влага»

Ингредиенты

500 г ряженки, 50 г ягод малины, 5 столовых ложек яблочного сока, 4 чайные ложки сахарной пудры.

Способ приготовления

Ряженку охладите в холодильнике и вылейте в глубокую неметаллическую посуду. Засыпьте в ряженку сахарную пудру и взбейте до частичного растворения сахарных кристалликов. Не переставая взбивать, тонкой струйкой влейте в ряженку яблочный сок. Тщательно взбейте полученную смесь до однородной массы. Ягоды малины переберите, промойте холодной водой и дайте стечь воде с ягод. После этого ягоды добавьте в йогурт и размешайте смесь ложкой. Йогурт немного охладите.

Йогурт «Крайний случай»

Ингредиенты

500 г ряженки, 1 лимон, 200 г варенья из черной смородины.

Способ приготовления

Охлажденную ряженку смешайте с вареньем. Взбейте хорошенько ряженку с вареньем до однородного состояния. Выдавите сок из лимона и постепенно влейте его в йогурт, непрерывно помешивая. Напиток охладите, и он готов к употреблению.

Как вы убедились, йогурт можно приготовить из простых и недорогих продуктов. А в «йогуртском» сочетании получается отличный напиток. Он отлично освежает и питает, фрукты и соки дарят витамины. Самое подходящее сочетание качеств напитка для ланча. Не так ли?

Коктейль «Восторг»

Ингредиенты

$^1/_2$ стакана яблочного сока, $^1/_2$ стакана апельсинового сока, 1 яйцо, 1 лимон, 3 столовые ложки сахара.

Способ приготовления

Сок из лимона выдавите в небольшую, но глубокую посуду. Туда же разбейте яйцо и добавьте сахар. Взбейте полученную смесь миксером до полного растворения сахара. Затем влейте апельсиновый сок, не переставая взбивать коктейль. А в завершение всего добавьте яблочный сок. Еще раз взбейте коктейль до однородного состояния.

Коктейль охладите и подайте в высоких и тонких стаканах со специальной соломкой. Украсьте стакан сахарным «инеем». Для этого опустите края стакана в апельсиновый сок, а затем в сахар или сахарную пудру. А на стакан можете надеть кружочек лимона, слегка разрезав его по радиусу.

Коктейль «Красное солнце»

Ингредиенты

300 г томатного сока, 150 г гранатового сока, 1 яйцо, 50 г минеральной воды, соль.

Способ приготовления

В глубокую посуду вбейте яйцо и влейте небольшое количество томатного сока. Разотрите яйцо с соком до однородного состояния. Затем добавьте туда оставшийся томатный и гранатовый сок. Все хорошенько взбейте.

В завершение добавьте в коктейль минеральную воду и посолите по вкусу. Охладите коктейль, и он готов к употреб лению. Края бокала опустите в гранатовый сок, а затем в сахар, так получится «иней». Опустите тонкую соломку в стаканы и подавайте коктейль к ланчу.

Коктейль «Звездный»

Ингредиенты

500 г сока черной смородины, 500 г пастеризованного молока, 1 яйцо, 2 столовые ложки сахара, 4–5 кубиков льда, $^1/_2$ лимона.

Способ приготовления

Сок и молоко используйте предварительно охлажденные. Смешайте эти компоненты в глубокой посуде. Яйцо разотрите с сахаром отдельно и разведите небольшим количеством молока. Затем смешайте все компоненты коктейля и взбейте миксером. Украсьте края стаканов сахарным «инеем», смочив их в соке смородины и опустив в сахар. Лимон порежьте кружками, не очищая от кожуры. Кружки разрежьте по радиусу и наденьте по нескольку кружков на каждый из стаканов. Подавайте коктейль к столу с соломками и кубиками льда.

Гарниры к мясу

«Ах, эта картошка…»

Картофель прекрасно дополнит отварное мясо, ромштекс, гуляш, отбивные, котлеты, тефтели.

Русский гарнир

Ингредиенты

6–8 картофелин (среднего размера), 2–3 столовые ложки сливочного масла, зелень петрушки, зелень укропа, соль.

Способ приготовления

Очистите картофель, промойте его и поместите в кастрюлю, наполненную холодной водой, посолите, поставьте на огонь и варите до готовности. Затем слейте воду, закройте кастрюлю крышкой и слегка подсушите картофель на слабом огне. Растопленным сливочным маслом залейте готовый картофель. Подавайте к мясным блюдам в качестве гарнира, обильно посыпав рубленой зеленью.

Славянский гарнир

Подавайте его горячим к отварному или жареному мясу.

Ингредиенты

8–10 картофелин (среднего размера), 3 столовые ложки сливочного или растительного масла, 1–2 луковицы, зелень (любая), соль.

Способ приготовления

Аккуратно очистите картофель, хорошо промойте, положите в кипящую подсоленную воду и варите до готовности. Воду слейте и подсушите готовый картофель на слабом огне под закрытой крышкой. Спассеруйте мелко нарезанный лук в сливочном или растительном масле. Обильно полейте картофель маслом с обжаренным луком. Гарнир украсьте зеленью.

Картофельное пюре по-московски

Пюре идеально подходит в качестве гарнира к любому мясному блюду.

Ингредиенты

8–10 картофелин (среднего размера), 1 стакан молока, 2–3 столовые ложки сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Аккуратно очистите кожуру с картофеля, промойте холодной водой, отварите, затем слейте воду и обсушите под закрытой крышкой на слабом огне. Горячий картофель разомните, добавьте соль по вкусу, масло, горячее молоко. Все хорошо взбейте до нужной консистенции.

Картофельное пюре с кислинкой

Оно идеально подойдет в качестве гарнира к отварному и жареному мясу.

Ингредиенты

8 –10 картофелин (одинакового размера), $^1/_2$ стакана кефира, 1–2 столовые ложки сливочного масла (можно обезжиренного и слегка подсоленного), соль.

Способ приготовления

Аккуратно очистите картофель, промойте, отварите в подсоленной воде до готовности. Через некоторое время воду слейте, оставив $^1/_5$ ее количества; не вынимая картофель, разрежьте его на четыре части, влейте $^1/_2$ стакана кефира и потомите 1–2 минуты, закрыв кастрюлю крышкой.

Снимите кастрюлю с огня, разомните картофель, добавьте масло, соль и взбейте пюре до нужной консистенции.

Картофельное пюре «Лакомка»

«Лакомка» прекрасно дополнит с любое блюдом из нежирного мяса.

Ингредиенты

8–10 картофелин (одинакового размера), 1 стакан йогурта, снежка или ряженки, 1–2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Очистите картофель, промойте его и отварите до готовности в подсоленной воде. Когда картофель сварится, слейте воду, оставив $^1/_5$ ее количества. Не вынимая картофель, разрежьте его на четыре части, влейте йогурт, снежок или ряженку и потомите 1–2 минуты под плотно закрытой крышкой на слабом огне. Снимите кастрюлю с огня, разомните картофель, положите масло, соль по вкусу и взбейте пюре до нужной консистенции.

Картофельная запеканка «Бабье лето»

Ингредиенты

6–8 картофелин, 5–6 яиц, 5–6 помидоров, 2 столовые ложки сливочного масла или маргарина, 1 луковица, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления

Очистите картофель, нарежьте брусочками и обжарьте в масле или маргарине до образования румяной корочки. Помидоры нарежьте кольцами, спассеруйте в масле. Глубокую сковородку смажьте жиром, уложите по краям обжаренный картофель, в центр выложите обжаренные помидоры, которые накройте слоем лука. Все залейте взбитыми яйцами, обильно посыпьте петрушкой и запекайте в духовом шкафу до готовности. Перед подачей разрежьте на 4 части и гарнируйте запеканкой «Бабье лето» только вареное, печеное или жареное мясо.

Картофельно-морковное пюре «Оранжевое настроение»

Пюре «Оранжевое настроение» идеально подходит к любому мясному блюду.

Ингредиенты

5–6 картофелин (среднего размера), 2–3 морковки, $^1/_2$ стакан молока, 2 столовые ложки сливочного масла, зелень укропа.

Способ приготовления

Аккуратно очистите картофель, промойте холодной водой и выложите в кастрюлю с подсоленной холодной водой, отварите до полуготовности, затем выложите в кастрюлю очищенную морковь, слейте воду, оставив $^1/_5$ ее количества; не вынимая овощей из кастрюли, разрежьте их на 4 части, влейте молоко, дайте потомиться 1–2 минуты под закрытой крышкой на слабом огне. Снимите кастрюлю с огня, добавьте масло, соль, перец, мелко нарезанный лук, зелень укропа и хорошо взбейте с помощью миксера.

Картофель «Балтийская весна»

Этот гарнир прекрасно сочетается с нежными телячьими отбивными, отварной говядиной и запеченной кусками свининой или бараниной.

Ингредиенты

8–10 картофелин, 2 столовые ложки молока, 2–3 столовые ложки сливочного масла, соль, зелень петрушки.

Способ приготовления

Очистите картофель, промойте прохладной водой, нарежьте кубиками, откиньте на дуршлаг и обдайте кипятком. Затем выложите картофель в кастрюлю, залейте молоком, подсолите и поставьте варить на слабый огонь. Следите, чтобы молоко не подгорело. Когда картофель будет готов, добавьте в кастрюлю сливочное масло и, осторожно встряхивая, перемешайте. При подаче к столу обильно посыпьте картофель зеленью петрушки.

Картофель «Печора»

Гарнир великолепно гармонирует с отварным, тушеным или печеным мясом.

Ингредиенты

7–8 картофелин, 2 стакана молока, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка муки, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления

Очищенный и промытый картофель отварите до полуготовности. Нарежьте кубиками, выложите в кастрюлю, залейте горячим молоком и вскипятите. Затем разотрите муку, масло и соль, добавьте в кастрюлю и вновь прокипятите. Перед подачей посыпьте зеленью.

Картофель «Диетический» («Походный»)

Печеный картофель идеально сочетается с шашлыком, приготовленным из баранины или свинины.

Ингредиенты

8–10 картофелин (среднего размера), зелень петрушки, зелень укропа, зеленый салат, сельдерей.

Способ приготовления

Тщательно промойте картофель, обсушите, наколите вилкой, чтобы клубни не полопались, и выложите на противень, оставляя некоторый промежуток между клубнями.

Поставьте противень в горячую духовку и запекайте до готовности. Готовый печеный картофель выкладывайте на листья салата, украсив веточками петрушки, укропа и сельдерея.

Картофель «Дольки»

Ингредиенты

8–10 картофелин (одинакового размера), 2–3 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка растительного масла, зелень укропа, соль.

Способ приготовления

Очистите и хорошо промойте картофель, обсушите салфеткой и разрежьте каждую картофелину пополам. Смажьте противень растительным маслом и запеките картофель в горячей духовке. Готовый картофель разложите по тарелкам и обильно посыпьте мелко рубленным укропом.

Картофель «Дольки по-провансальски»

Картофель «Дольки по-провансальски» прекрасно гармонирует с отварным, жаренным и печеным мясом.

Ингредиенты

8–10 картофелин (одинакового размера), 1–2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка растительного масла, 100 г майонеза «Провансаль», зелень укропа, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления

Очистите и хорошо промойте прохладной водой картофель, оботрите салфеткой, а затем разрежьте пополам каждую картофелину. Смажьте противень растительным маслом, уложите половинки картофеля срезанной стороной вниз, смажьте сливочным маслом и обильно полейте майонезом. Запекайте картофель в сильно нагретой духовке. Готовый картофель разложите по тарелкам и обильно посыпьте рубленой зеленью.

Картофель, запеченный в фольге

Он идеально сочетается с шашлыком и жареным мясом.

Ингредиенты

8 картофелин (среднего размера), 2 столовые ложки сливочного масла, зелень укропа, соль.

Способ приготовления

Аккуратно очистите картофель, промойте его холодной водой и сушите салфеткой. Приготовьте листы фольги, смажьте их маслом. Каждую картофелину посолите и заверните в фольгу. Выложите завернутый в фольгу картофель на противень на некотором расстоянии друг от друга и поставьте в горячую духовку. Запекайте картофель в течение получаса. Готовый картофель слегка разверните, вставьте несколько веточек зелени и подайте к любому мясному блюду.

Картофель «Бруски»

Он идеально сочетается с жареным мясом, отбивными и котлетами.

Ингредиенты

6–8 картофелин, 2–3 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления

Аккуратно очистите картофель, промойте холодной водой и нарежьте брусочками. Разогрейте сковороду, влейте растительное масло и обжарьте нарезанный картофель до золотисто-коричневой корочки, посолите по вкусу. При подаче к столу украсьте каждую порцию веточками зелени.

Картофель фри

Картофель фри – самый популярный гарнир к жареному, запеченному и отварному мясу.

Ингредиенты

6–8 картофелин (одинакового размера), 1 стакан растительного масла, зелень петрушки, листья салата, соль.

Способ приготовления

Очистите картофель, промойте его холодной водой и нарежьте его брусочками. Подготовьте фритюрницу, влейте растительное масло и опустите нарезанный картофель на несколько минут в кипящее масло. Посолите по вкусу. При подаче к столу украсьте каждую порцию листьями салата и зеленью петрушки.

Картофель «Грибница»

Ингредиенты

7–8 картофелин, 300–400 г грибов (любых, свежих), 1–2 луковицы, 2–3 столовые ложки сливочного масла, $^1/_2$ стакана сметаны, зелень укропа, зелень петрушки, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Очистите картофель, промойте холодной водой, нарежьте его кружочками или дольками. Затем обжарьте нарезанный картофель в разогретом масле, слегка подсолив. Тщательно промойте грибы, ошпарьте кипятком, нашинкуйте и обжарьте в масле вместе с нарезанным полукольцами луком. Сложите обжаренный картофель и грибы с луком в эмалированную кастрюлю слоями, посолите, добавьте перец по вкусу. Залейте все водой так, чтобы вода на 1 см покрывала верхний слой. Положите лавровый лист и несколько веточек зелени петрушки и укропа. Тушите под закрытой крышкой в течение получаса. При подаче к столу обильно посыпьте каждую порцию мелко нарубленной зеленью.

Картофель «Белые ночи»

Ингредиенты

8–10 картофелин (одинакового размера), 1 стакан сметаны или сливок, 2 столовые ложки растительного или сливочного масла, 1 столовая ложка муки, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Аккуратно очистите картофель, промойте холодной водой и нарежьте кружочками. Слегка обжарьте нарезанный картофель в разогретом масле. Выложите обжаренный картофель в кастрюлю, посолите, добавьте перец по вкусу, залейте сметаной, смешанной с мукой, накройте крышкой и тушите до закипания на сильном огне. Затем убавьте огонь и тушите до готовности. Подавая готовое блюдо к столу, посыпьте каждую порцию зеленью петрушки.

Картофельный салат «Свежесть»

Салат идеален для жареной свинины, говяжьего шницеля и ромштекса, а также для жареной птицы.

Ингредиенты

300 г фасоли или зеленого горошка (консервированного), 5–6 картофелин (молодых), 3–4 столовые ложки майонеза «Провансаль», 3–4 столовые ложки йогурта, 1–2 помидора, зелень укропа, соль.

Способ приготовления

Аккуратно удалите кожицу с молодого картофеля, промойте его прохладной водой и отварите в подсоленной воде. Затем разрежьте каждую картофелину на 4 части, остудите и смешайте с фасолью или горошком, заправьте майонезом, йогуртом, добавьте нарезанный ломтиками помидор, соль и украсьте блюдо зеленью укропа.

Капуста «Домашняя»

Она прекрасно сочетается с жареной свининой.

Ингредиенты

1 кочан капусты (свежей, среднего размера), 2 луковицы, 1–2 морковки, $^1/_2$ стакана сметаны, 2–4 столовые ложки растительного масла, зелень укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Очистите кочан от верхних листьев, затем нашинкуйте капусту соломкой. Выложите нашинкованную капусту на разогретую сковороду с горячим растительным маслом и хорошо обжарьте, осторожно помешивая ложкой. Очищенную и промытую морковь натрите на крупной терке и спассеруйте в масле вместе с мелко нарезанным луком.

Обжаренную капусту выложите в глубокую кастрюлю, добавьте спассерованные овощи, соль, перец, накройте крышкой и тушите до готовности. За минуту до снятия с огня посыпьте капусту зеленью укропа. Подавая к столу, полейте каждую порцию гарнира сметаной.

Капуста «Пикантная»

Тушеная капуста идеально гармонирует с отварным мясом, котлетами, тефтелями и птицей.

Ингредиенты

1 кочан белокочанной капусты (свежей, среднего размера), 2–3 столовые ложки свиного сала (топленого), 1–2 морковки, 1 луковица, 1 столовая ложка столового уксуса, 1 столовая ложка муки, лавровый лист, зелень петрушки, сахар, перец, соль.

Способ приготовления

Очистите кочан от верхних листьев и нашинкуйте капусту соломкой.

В глубокой эмалированной кастрюле разогрейте свиное сало и обжарьте в нем нарезанный лук и натертую на крупной терке морковь, затем добавьте нашинкованную капусту.

Посолите по вкусу, добавьте перец, мелко нарубленную зелень петрушки, влейте полстакана воды, положите лавровый лист и тушите до готовности. В конце тушения добавьте поджаренную смесь из муки, уксуса и сахара. Перемешайте и потушите еще немного.

Тушенная капуста с яблоками «Сладкий сон»

Ингредиенты

700 г белокочанной капусты (свежей), 400 г яблок, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка муки, 3–4 столовые ложки сливочного масла, веточки зелени, соль.

Способ приготовления

Нашинкуйте капусту мелкой соломкой, выложите в глубокую кастрюлю, влейте немного воды и тушите на слабом огне под закрытой крышкой. Яблоки очистите от кожуры, удалите сердцевину, нарежьте тонкими дольками. Выложите их в кастрюлю с капустой и потушите. За 10–15 минут до готовности добавьте в кастрюлю соль, сахар, муку и сливочное масло.

Готовым блюдом гарнируйте жареное мясо или запеченную целиком (кусочками) птицу, предварительно украсив каждую порцию веточками зелени.

Запеканка из капусты «Снежная долина»

Ингредиенты

1 кочан белокочанной капусты (небольшой), 3 столовые ложки растительного масла, 4–5 яиц, $^1/_2$ стакан молока, 100 г сметаны, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления

Очистите кочан от верхних листьев и нашинкуйте капусту. Подготовленную капусту на несколько минут опустите в кипящую подсоленную воду, затем откиньте на сито или дуршлаг. Слегка обжарьте капусту в подогретом растительном масле, после чего залейте смесью из молока и яиц, предварительно хорошо взбитой. Посолите по вкусу и запеките в духовке. Готовую запеканку разделите на четыре части, обильно полейте сметаной, украсьте зеленью петрушки и подайте к отварному, запеченному мясу или котлетам.

Краснокочанная капуста с рисом «Альпийский луг»

Гарнир подойдет к любому блюду, приготовленному из мяса, и украсит стол, если вы прибавите две веточки укропа.

Ингредиенты

1 кочан капусты (небольшой), $^1/_2$ стакана риса, 3 луковицы, 4 столовые ложки кулинарного жира, $^1/_2$ стакан бульона или кипяченой воды, несколько спелых ягод черной смородины, зелень укропа, соль.

Способ приготовления

Очистите кочан от верхних листьев, мелко нашинкуйте и выложите в глубокую эмалированную кастрюлю. Спассеруйте мелко нарезанный лук и выложите его поверх капусты. Рис промойте, обдайте кипятком и выложите в кастрюлю третьим слоем. Посолите по вкусу, сверху положите ягоды черной смородины, несколько кусочков жира, влейте бульон и тушите до готовности под плотно закрытой крышкой, не перемешивая.

Краснокочанная капуста «Французский двор»

Ингредиенты

1 кочан капусты (небольшой), 2–3 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 200 г полусладкого красного вина, зелень укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Очистите кочан от верхних листьев и нашинкуйте соломкой.

В эмалированной кастрюле растопите сливочное масло, выложите нашинкованную капусту и тушите на слабом огне под закрытой крышкой в течение получаса, затем добавьте муку, соль, перец, хорошо перемешайте и, залив красным вином, продолжайте тушить до готовности.

Готовую капусту украсьте зеленью укропа и подайте к жареному мясу или отбивным.

Брюссельская капуста «Европа»

Брюссельская капуста прекрасно сочетается с отварным, жареным и печеным мясом, а также с птицей.

Ингредиенты

1 кг капусты, 2–3 столовые ложки сливочного или растительного масла, зелень укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Отберите мелкие кочаны, промойте и выложите в эмалированную кастрюлю. Затем залейте капусту кипятком, посолите, добавьте перец. Тушите под плотно закрытой крышкой. Готовую капусту откиньте на дуршлаг или сито. Подавая к столу, заправьте каждую порцию маслом по вкусу.

Капуста по-немецки «Крестьянка»

Капуста, приготовленная таким образом, придаст неповторимый вкус отбивным, котлетам, тефтелям и хорошо прожаренному бифштексу.

Ингредиенты

800–900 г белокочанной капусты, 200 г свиного или говяжьего печеночного паштета, 2–3 яйца, 3 столовые ложки растительного масла, $^1/_2$ стакана муки, $^1/_2$ стакана молока, соль.

Способ приготовления

Очистите кочан от верхних листьев и отварите его в подсоленной воде. Откиньте отваренный кочан капусты на сито или дуршлаг, затем разрежьте кочан на куски. Каждый кусок намажьте с обеих сторон паштетом, обмакните во взбитые яйца, смешанные с молоком и слегка подсоленные, обваляйте в муке и обжарьте на сковороде в растительном масле.

«Баварская пикантная капуста»

Ингредиенты

800 г свежей белокочанной капусты, 1 луковица, 1 морковка, 2–3 столовые ложки томатной пасты, 3–4 столовые ложки растительного масла или свиного сала (топленого), зелень укропа, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Очистите кочан от верхних листьев и нашинкуйте капусту соломкой. Слегка обжарьте в растительном масле, аккуратно помешивая. Спассеруйте мелко нарезанный лук и натертую на крупной терке морковь. Выложите обжаренную капусту в глубокую кастрюлю, добавьте спассерованные овощи, томатную пасту, соль, перец, чтобы блюдо получилось острым. Накройте кастрюлю крышкой и хорошо потушите на медленном огне. За несколько минут до готовности обильно посыпьте тушеную капусту мелко нарубленным укропом.

Цветная капуста «Снежные хлопья»

Ингредиенты

500 г цветной капусты, 1–2 столовые ложки муки, 2–3 столовые ложки сливочного масла, 2–3 столовые ложки молока, 1–2 яйца, зелень укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Отварите капусту в подсоленной воде, откиньте на сито или дуршлаг, затем мелко нашинкуйте. Спассеруйте муку и разведите ее молоком, вливая его тонкой струйкой. Заправьте соус солью, перцем и прокипятите несколько минут. Затем, не остужая, смешайте соус со взбитыми яйцами. Выложите нашинкованную капусту в глубокую сковороду и залейте соусом. Поставьте капусту в горячий духовой шкаф и запекайте в течение 15–20 минут. Готовую запеканку посыпьте мелко нарубленной зеленью укропа.

«Прямо с грядки»

Помимо популярных гарниров из картофеля и капусты, особый, пикантный вкус придадут мясным блюдам гарниры из корнеплодов, а именно: моркови, свеклы, репы и пр.

Сладкая репа

Репа подчеркнет вкусовые свойства отварного и тушеного мяса.

Тушенная с фруктами репа «Детское счастье»

«Детское счастье» к отварному, тушеному или запеченному мясу.

Ингредиенты

400 г репы, 8 яблок (среднего размера), 150 г изюма, 2–3 столовые ложки сливочного масла, сахар.

Способ приготовления

Очистите репу от кожуры, промойте холодной водой, мелко нарежьте и тушите в небольшом количестве воды, добавив сливочное масло, под закрытой крышкой до полуготовности. Затем очистите яблоки от кожуры, удалите сердцевину и нарежьте ломтиками. Изюм промойте теплой водой. Добавьте к репе нарезанные яблоки, изюм, сахар по вкусу и тушите до готовности.

Тушеная свекла «Розовый сон»

Тушеная свекла «Розовый сон» придаст неповторимый вкус жареному мясу, а также отбивным и котлетам.

Ингредиенты

4–5 корнеплодов (среднего размера), 200–300 г сметаны, 2–3 столовые ложки сливочного или растительного масла, 1 луковица, сахар, соль.

Способ приготовления

Свеклу вымойте теплой водой, отварите вместе с кожурой, добавив в воду немного соли. Готовую свеклу очистите, нарежьте соломкой и слегка обжарьте в масле. Спассеруйте лук и выложите его в посуду с жареной свеклой. Залейте овощи сметаной, добавьте немного сахара и тушите до готовности.

Свекла с черносливом «Русский деликатес»

Ингредиенты

3–4 корнеплода, 200 г чернослива, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сахара.

Способ приготовления

Свеклу хорошо промойте теплой водой и запеките в духовке, не очищая от кожуры и не срезая корешков. Готовую свеклу очистите и нашинкуйте соломкой. Полейте нашинкованную свеклу маслом. Чернослив промойте теплой водой, залейте стаканом кипятка, добавьте сахар и поставьте на слабый огонь. Когда чернослив станет мягким, добавьте его к нашинкованной свекле, перемешайте и залейте водой, в которой варился чернослив. Подавайте этот гарнир охлажденным к жареному мясу или птице, приготовленным во фритюре.

Морковь со сливками «Айсберг»

Ингредиенты

600–800 г моркови, 1 стакан сливок или сметаны, 2–3 столовые ложки сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

Очистите осторожно морковь, промойте холодной водой, нарежьте кружочками и сварите в подслащенной воде. Готовую морковь обсушите на слабом огне в течение 2–3 минут. Затем слегка обжарьте ее на сливочном масле. Сливки или сметану слегка подогрейте. Разложите морковь по тарелкам и обильно залейте сливками или сметаной.

Тушеная морковь «Небрежность»

Ингредиенты

600–800 г моркови, 4–5 столовые ложки сливочного масла, 1 чайная ложка сахара, зелень укропа, соль.

Способ приготовления

Морковь аккуратно очистите, промойте холодной водой и нарежьте кубиками. Обжарьте нарезанную морковь в масле. В небольшую кастрюлю выложите слегка обжаренную морковь, добавьте соль, сахар и тушите на слабом огне до готовности. Готовую морковь выложите на тарелки, украсьте зеленью укропа и подавайте в качестве гарнира к любому блюду, приготовленному из мяса.

Зеленые помидоры «Чесночная гряда»

Подавайте это блюдо в качестве гарнира к тушеному и отварному мясу.

Ингредиенты

8–10 зеленых помидоров, 3–4 морковки, 2 луковицы, 5–6 зубчиков чеснока, 3–4 столовые ложки растительного масла, зелень сельдерея, перец, соль.

Способ приготовления

Мелко нарежьте лук и выложите на дно эмалированной кастрюли. Вторым слоем уложите хорошо промытые и нарезанные ломтиками зеленые помидоры. Обильно посыпьте помидоры зеленью сельдерея, а сверху положите тонкие кружочки моркови, посолите и поперчите, залейте растительным маслом и тушите на слабом огне до готовности овощей. Затем добавьте в кастрюлю толченый чеснок и дайте остыть.

Печеные помидоры «Китайские бочонки»

Ингредиенты

8–10 помидоров (спелых), $^1/_2$ стакана риса, 3–4 яйца, $^1/_2$ стакан молока, 150 г сыра (любого, тертого), 1–2 луковицы, 2–3 столовые ложки маргарина, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления

Вымойте рис и отварите его в подсоленной воде, слейте воду и просушите на слабом огне. Яйца отварите и мелко нарежьте. Смешайте рис, тертый сыр, спассерованный лук и мелко нарезанные яйца, влейте немного молока, посолите. Помидоры промойте теплой водой, аккуратно срежьте верхнюю часть (в районе плодоножки) и ложкой удалите сердцевину. Наполните помидоры рисово-яичной смесью, сверху посыпьте остатками тертого сыра и кусочками маргарина и, выложив на противень или специальную сковороду, запекайте в горячем духовом шкафу в течение 10–15 минут.

Готовые «бочонки» украсьте веточками петрушки и подайте к жареному мясу, котлетам или отбивным.

Если говорить об овощных гарнирах к мясным блюдам, нельзя не упомянуть весьма распространенные и заслуженно любимые блюда – блюдо из тыквы.

Запеканка из тыквы «Солнечное утро»

Ингредиенты

400 г тыквы, 2–3 яйца, 2–3 столовые ложки сливочного масла, зелень укропа, сахар, соль.

Способ приготовления

Тыкву очистите от кожуры и нарежьте мелкими ломтиками. Ломтики обжарьте в сливочном масле, посыпав солью (по желанию можно добавить сахар). Обжаренную тыкву выложите на сковороду, смазанную маслом, залейте взбитыми яйцами и запеките в духовке. Готовую запеканку разделите на четыре части, разложите по тарелкам, посыпьте зеленью укропа и подайте к жареному мясу.

Тушеная тыква «Золотой октябрь»

Ингредиенты

500–600 г тыквы, $^1/_2$ стакана сметаны, 2–3 столовые ложки сливочного масла или маргарина, 1–2 столовые ложки муки, соль.

Способ приготовления

Тыкву очистите от кожуры, нарежьте длинной соломкой и обжарьте в масле. Затем обваляйте в муке, посолите, сложите в неглубокую кастрюлю, залейте сметаной и тушите до готовности.

Экзотические гарниры

Блюда, приготовленные по рецептам, приведенным в этом разделе, помогут разнообразить, украсить ваш стол и сделать трапезу намного приятнее.

«Рисовый салат с кукурузой и яблоками»

Ингредиенты

200 г риса, 200 г кукурузы (консервированной), $^1/_2$ стакана сливок, $^1/_4$ чайной ложки соли, 2 яблока, 2 столовые ложки лимонного сока.

Способ приготовления

Промытый рис залейте водой и варите на медленном огне в течение получаса. Отваренный рис остудите, смешайте с консервированной кукурузой. Яблоки разрежьте на половинки, удалите из них косточки и нарежьте тонкими ломтиками. Смешайте яблоки с рисом и кукурузой. Сливки взбейте, добавив соль и лимонный сок. Приготовленной смесью заправьте салат.

«Золотистые шарики»

Ингредиенты

2 отварные картофелины (среднего размера), 1 морковка (отварная), 3 столовые ложки тертого сыра (любого), 3 белка, $^1/_4$ чайной ложки молотого черного перца, $^1/_2$ чайной ложки соли, зелень петрушки, растительное масло (для жарки).

Способ приготовления

Очищенные картофель и морковь натрите на мелкой терке. Яичные белки взбейте миксером в крепкую пену. Осторожно смешайте натертые картофель, морковь и сыр с белками, добавьте соль, перец и измельченную зелень петрушки. Сделайте из полученной массы небольшие шарики размером чуть меньше грецкого ореха и обжарьте их в кипящем растительном масле до золотистого цвета. Готовые шарики выложите шумовкой в большую тарелку и подавайте к мясу, приготовленному любым способом.

Салат «Мечта»

Ингредиенты

5–6 картофелин, 300 г шампиньонов (консервированных), 2 яйца (сваренных вкрутую), 3 огурца (маринованных), 4 столовые ложки майонеза, зелень укропа.

Способ приготовления

Картофель тщательно промойте, отварите «в мундире», затем остудите его и очистите. Очищенный картофель нарежьте мелкими кубиками.

Консервированные шампиньоны и вареные яйца измельчите и смешайте с нарезанным картофелем. Огурцы порежьте на мелкие кусочки и добавьте в салат. Заправьте блюдо майонезом и украсьте его зеленью укропа.

Баклажаны «Кардинал»

Ингредиенты

2 баклажана (среднего размера), 5–6 помидоров, 4 зубчика чеснока, $^1/_2$ стакана майонеза, $^1/_2$ стакана тертого сыра (любого), 1 чайная ложка соли, $^1/_2$ чайной ложки молотого черного перца.

Способ приготовления

Баклажаны вымойте, уложите их на решетку в сильно разогретом духовом шкафу и запекайте в течение 7–10 минут. Затем остывшие баклажаны нарежьте поперек кружками шириной в 2 см.

Помидоры натрите на терке и смешайте с толченым чесноком, солью и перцем. Майонез перемешайте с тертым сыром. Кружки из баклажанов уложите на противень, смазанный маслом, каждый кружок полейте смесью помидоров с чесноком, а сверху – майонезом с сыром. Поставьте противень в нагретый духовой шкаф на 40 минут.

Картофельный салат «Рандеву на Монмартре»

Ингредиенты

5–6 картофелин (среднего размера), 1 луковица, 2 столовые ложки тертого сыра (любого), 3–4 корня сельдерея, $^1/_4$ стакана майонеза, 1 столовая ложка горчицы, 1 чайная ложка уксуса, $^1/_2$ чайной ложки соли, молотый черный перец.

Способ приготовления

Картофель промойте и отварите в подсоленной воде. Отварной картофель остудите, очистите и нарежьте мелкими кубиками. Луковицу очистите, мелко нарежьте. Корни сельдерея промойте, отварите и порежьте так же, как и картофель.

Смешайте майонез, горчицу, уксус, соль и перец. Этим соусом заправьте смешанные картофель, лук, сельдерей и тертый сыр. Приготовленный салат выложите в прозрачную глубокую салатницу и перед подачей к столу поставьте в холодильник на час. Салат послужит великолепным гарниром к блюдам из отварного и тушеного мяса.

«Фруктовая лагуна»

Салат «Фруктовая лагуна» – прекрасный гарнир к запеченной птице.

Ингредиенты

4 банана, 2 киви, 2 яблока, 2 столовые ложки изюма, 1 стакан сметаны, 1 чайная ложка сахара, 1 столовая ложка лимонного сока.

Способ приготовления

Бананы и киви очистите, нарежьте тонкими (около 5 мм) кружочками и красиво разложите их на неглубокой тарелке. Яблоки разрежьте, удалите из них семечки мелко нарежьте. Изюм тщательно промойте. Перемешайте кружочки бананов и киви, измельченные яблоки и изюм. Смешайте сметану, сахар и лимонный сок и полейте полученным соусом фрукты. Перед тем, как подать салат к столу, поставьте его на полчаса в холодильник.

«Фруктовый салат с рисом»

Ингредиенты

1 стакан риса, 1 апельсин, 3 яблока, 1 пучок зеленого лука (небольшой), 2 стакана сметаны, $^1/_4$ чайной ложки соли, 1 чайная ложка сахара.

Способ приготовления

Промойте рис, отварите в подсоленной воде и остудите. Очистите апельсин. Яблоки разрежьте и удалите сердцевины с семечками. Апельсин и яблоки нарежьте мелкими ломтиками. Зеленый лук порубите ножом.

Смешайте отварной рис, ломтики яблок и апельсина, измельченный зеленый лук, заправьте салат сметаной, добавьте сахар, соль. Все тщательно перемешайте.

«Зеленая лужайка»

Ингредиенты

200 г шпината (свежего), 100 г зеленого салата, 1 пучок зеленого лука, 3 зубчика чеснока, 3 столовые ложки растительного масла, 4 столовые ложки майонеза, $^1/_2$ чайной ложки соли.

Способ приготовления

В сковороде разогрейте растительное масло. Шпинат и зеленый лук мелко порежьте и выложите на сковороду, когда масло нагреется. Залейте лук и шпинат стаканом воды и потушите их при закрытой крышке около 10 минут.

Зеленый салат промойте, нарежьте тонкой соломкой и смешайте с тушеным шпинатом и зеленым луком, добавьте толченый чеснок и заправьте салат майонезом.

Салат «Утро дачника»

Ингредиенты

200 г зеленого салата, 200 г щавеля, 200 г шпината, 3 яйца (сваренных вкрутую), 1 стакан майонеза, $^1/_2$ чайной ложки соли, 1 столовая ложка лимонного сока, зелень укропа и петрушки.

Способ приготовления

Салат, щавель и шпинат тщательно промойте и нарежьте как можно мельче. Яйца очистите от скорлупы и порубите ножом. Зелень укропа и петрушки также измельчите.

Все перечисленные компоненты смешайте, посолите и заправьте майонезом и лимонным соком.

Жарим рыбу

«Толстячок»

Ингредиенты

1 кг рыбы (сом), 100 г растительного масла, 4 столовые ложки панировочных сухарей, 3 столовые ложки тертого сыра пармезан, зелень укропа или петрушки, соль.

Для соуса: 1 стакан сметаны, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки натертого репчатого лука, сахар, перец, соль.

Способ приготовления

Очистите рыбу, выпотрошите. Тщательно промойте. Подготовленную рыбу разделайте на филе. Посолите и обваляйте в панировочных сухарях, смешанных с сыром. Обжарьте в кипящем растительном масле (во фритюре) до золотистого цвета. Выложите на блюдо, посыпьте нарезанной зеленью и полейте сметанным соусом.

Смешайте сметану с солью, мукой, луком, добавьте щепотку сахара, перца по вкусу. Непрерывно помешивая, доведите до кипения и проварите две-три минуты на медленном огне. На гарнир подайте жареный картофель.

«Изюминка»

Ингредиенты

800 г рыбы (филе трески), 1 стакан муки, 3 столовые ложки растительного масла, $^1/_2$ стакан молока, $^1/_2$ лимона, 2 яйца, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Подготовленную рыбу сбрызните соком лимона или разведенной лимонной кислотой. Приготовьте тесто: в муку добавьте желтки, соль, взбитый белок и разведите молоком. Рыбу нарежьте на небольшие кусочки в форме брусочков. Посолите, поперчите и обваляйте в тесте. Обжарьте в сильно разогретом растительном масле (во фритюре). На блюдо положите салфетку и выложите рыбу, посыпьте зеленью. К рыбе подайте салат из огурцов (свежих), редиса, зеленого лука, вкрутую сваренного яйца, заправленный майонезом.

«Сахара»

Ингредиенты

2 кг рыбы (любой), 4 столовые ложки молока, 3 яйца, 3 столовые ложки сливочного масла, $^1/_3$ стакан растительного масла, 4 столовые ложки муки, $^1/_2$ лимона.

Способ приготовления

Очистите рыбу, выпотрошите, нарежьте на порционные куски и посолите. Оставьте на 15 минут. Взбейте яйца с молоком. Обваляйте рыбу в муке, обмакните в яично-молочную смесь и обваляйте в сухарях. Обжарьте рыбу на разогретой сковороде в растительном масле с обеих сторон. Выложите на блюдо, украсьте зеленью и кружочками лимона. На гарнир подайте отварной рис.

«Закат»

Ингредиенты

1 кг рыбы (любой), 3 столовые ложки панировочных сухарей, 1 столовая ложка пармезана, 3 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки, соль.

Для соуса: 2 луковицы, 1 морковка, 1 стакан томатного соуса, лавровый лист, сахар, перец, соль.

Способ приготовления

Очистите рыбу, выпотрошите, нарежьте на порционные куски, посолите и оставьте на 15 минут. Оботрите рыбу досуха салфеткой, обваляйте в сухарях, смешанных с сыром. Обжарьте рыбу на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом. Положите на блюдо и полейте соусом.

Для приготовления соуса обжарьте мелко нарезанный лук, добавьте слегка потушенную натертую морковь, томатный соус, соль, перец, сахар, лавровый лист по вкусу и потушите на медленном огне 3–5 минут. На гарнир подайте гречневую кашу.

«Лучше не бывает»

Ингредиенты

1 кг рыбы (окуни речные), 2 столовые ложки муки, 3 столовые ложки растительного масла, 1 яйцо, соль.

Способ приготовления

Очистите рыбу, выпотрошите, несколько раз промойте в холодной воде. После этого удалите спинные плавники, головы, хвосты. Еще раз тщательно вымойте рыбу и дайте стечь воде. Рыбу обваляйте в муке, обмакните во взбитом яйце и обваляйте в панировочных сухарях. Обжарьте рыбу с обеих сторон до готовности. Готовую рыбу украсьте зеленью и кружочками помидоров.

«Лесной поход»

Ингредиенты

1 кг рыбы (судак), 3 столовые ложки топленого масла, 1 стакан муки, 200 г грибов (любых, свежих), зелень петрушки, зелень укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Очищенную и выпотрошенную рыбу разделите на порционные куски, очистив ее от костей. Посолите, поперчите по вкусу и обваляйте в муке. Хорошо разогрейте сковороду с топленым маслом. На сильном огне обжарьте рыбу с двух сторон до образования хрустящей корочки.

Нарежьте тонко грибы. Разогрейте сковороду с маслом и выложите на нее грибы. Минут через 10–15 добавьте 2–3 ст. л. воды. Закройте сковороду крышкой и доведите грибы до готовности, посолите по вкусу. Выложите на овальное блюдо кусочки рыбы, положите на них грибы и посыпьте зеленью петрушки и укропа. На гарнир подайте картофельное пюре.

«Мальчик с пальчик»

Ингредиенты

500 г рыбы (форель), 2 стакана муки, 100 г жира (для фритюра), 1 стакан молока, 1 столовая ложка растительного масла, 2 яйца, перец, соль.

Способ приготовления

Очистите, промойте рыбу. Нарежьте небольшими кусочками, посолите и уберите в холодное место на 10 минут. Приготовьте кляр. Кусочки рыбы обмакивайте в тесто и обжаривайте в большом количестве жира. На гарнир подайте рассыпчатую рисовую кашу, отдельно – томатный соус.

«Почувствуй аромат»

Ингредиенты

500 г рыбы (килька свежая), 3 столовые ложки растительного масла, 2 луковицы, 3 столовые ложки муки, соль.

Способ приготовления

Вымойте рыбу в холодной воде и дайте хорошо стечь. Посолите и поставьте в прохладное место на 10 минут. Очистите лук, нарежьте кольцами и обжарьте в масле до золотистого цвета. Рыбу обваляйте в муке и выложите в разогретую сковороду с растительным маслом. Жарьте до готовности на сильном огне, осторожно переворачивая. Добавьте обжаренный лук. На гарнир подайте жареный картофель и поставьте на стол майонез или любой другой соус.

«Итальянка»

Ингредиенты

1 кг филе морской рыбы (любой), 300 г панировочных сухарей, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 10 листиков шалфея (свежих), 8 столовых ложек растительного масла, 4 столовые ложки муки, 1 чайная ложка соли, 1 яйцо, сок 1 лимона, 80 г сливочного масла, 4 столовые ложки тертого сыра пармезан.

Способ приготовления

Очищенный лук мелко нарежьте. Чеснок порубите и разотрите с солью. Все перемешайте с половиной данного в рецепте растительного масла и лимонным соком. Рыбу нарежьте на порционные куски, сполосните холодной водой и поставьте на 1 час в холодильник. В это время муку смешайте с солью, яйца взболтайте с 1 столовая ложка воды. Кусочки филе обваляйте в муке, затем смочите в яйце и обваляйте в сухарях, смешанных с сыром. Обжарьте кусочки в хорошо разогретом растительном масле с обеих сторон. После слейте масло и растопите в нем сливочное. Листики шалфея промойте, дайте стечь воде и разогрейте в масле. Этим соусом полейте рыбу. На гарнир подайте картофель, жаренный во фритюре, и зеленый салат.

«Белый мухомор»

Ингредиенты

500 г рыбного филе (треска), 5 помидоров (свежих), 2 столовые ложки муки, 4 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки майонеза, 3 зубчика чеснока, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Подготовленные кусочки рыбы посолите, поперчите, обваляйте в муке и обжарьте с обеих сторон на разогретой сковороде в растительном масле. Очистите помидоры от кожицы, разрежьте на 2 части, посолите и обжарьте. Чеснок мелко порубите и смешайте с майонезом. На филе положите половинки помидоров и по чайной ложке майонеза. На гарнир подайте отварной картофель.

«Оближи пальчик»

Ингредиенты

500 г рыбы (салака), 2 яйца, $^1/_2$ ст. панировочных сухарей, 80 г сливочного масла, 80 г томатной пасты, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки муки, 1 луковица, зелень петрушки, зелень укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Почистите, выпотрошите, тщательно промойте рыбу. Снимите с нее филе (желательно, чтобы рыба была покрупнее). Посолите, поперчите по вкусу и уберите в холодное место на 20–25 минут.

Положите на один кусок рыбы слой томатной пасты и мелко нашинкованный лук, прикройте вторым филе. Обваляйте в муке, смажьте взбитым яйцом и обваляйте в сухарях. Выложите всю рыбу на хорошо разогретую сковороду с растительным маслом и обжарьте с обеих сторон.

Растопите сливочное масло, полейте им готовую рыбу, посыпьте мелко нарезанными петрушкой и укропом.

«Иванушка»

Ингредиенты

800 г рыбы (судак), 120 г сливочного масла, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Очистите рыбу от чешуи, разрежьте вдоль позвоночной кости, хорошо промойте. Далее нарежьте судака на порционные куски, натрите их перцем и солью, обваляйте в муке. Хорошенько разогрейте сковороду с растительным маслом и обжарьте рыбу с обеих сторон. Положите на блюдо и посыпьте мелко нарезанной зеленью петрушки. На гарнир подайте картофельное пюре и салат из редиски и зеленого лука, заправленный майонезом.

«Август»

Ингредиенты

500 г рыбного филе (морской окунь), 5 помидоров (свежих), 2 столовые ложки панировочных сухарей, 4 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки сметаны, 3 зубчика чеснока, зелень (любая), черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Подготовленные кусочки рыбы посолите, поперчите, обваляйте в панировочных сухарях, на разогретой сковороде обжарьте с двух сторон. Очистите помидоры от кожицы, разрежьте на две части, посолите и обжарьте. Чеснок мелко порубите и смешайте со сметаной, немного посолите. На филе положите половинки помидоров и по чайной ложке сметаны. На гарнир подайте отварной картофель. Посыпьте мелко нарубленной зеленью петрушки или укропа. Рыбу, жаренную в кляре, сначала обваляйте в муке, а затем опустите в тесто.

«Чучело огородное»

Приготовленную таким образом рыбу подают на стол во время православных постов.

Ингредиенты

1 $^1/_2$ кг рыбы (карп), $^1/_2$ стакана муки, 150 г растительного масла, соль.

Способ приготовления

Очистите карпа от чешуи, разрежьте вдоль, тщательно промойте. Разрежьте на части, надрежьте в нескольких местах хребет и посолите. Когда соль впитается, оботрите рыбу досуха салфеткой, обваляйте каждый кусок в муке и поджарьте на хорошо разогретой сковороде в растительном масле с обеих сторон. Если вы жарите рыбу целой, то поджарьте на сковороде с обеих сторон и поставьте в духовку на 30 минут. Карпа можно подавать с салатом из свеклы, приготовленным следующим образом: возьмите самую лучшую красную свеклу, сварите до готовности, остудите, нарежьте кубиками, заправьте растительным маслом, посолите, поперчите и добавьте рубленой зелени. Поставьте на стол зеленый салат.

«Морская пучина»

Ингредиенты

500 г рыбного филе (хек), 4 помидора (свежих), 2 столовые ложки муки, 4 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки майонеза, $^1/_2$ луковицы, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Очистите рыбу, выпотрошите. Нарежьте на порционные куски. Отделите рыбу от костей. Кусочки рыбы посолите, поперчите, обваляйте в муке и на разогретой сковороде с растительным маслом обжарьте с двух сторон. Очистите помидоры от кожицы, разрежьте на 2 части, посолите и обжарьте. Лук мелко порубите и смешайте с майонезом. На кусочки обжаренного филе положите половинки обжаренных помидоров и по чайной ложке майонеза, смешанного с луком. На гарнир подайте картофель, приготовленный по вашему вкусу.

«Зубастик»

Ингредиенты

1,2 кг рыбы (щука), 3 столовые ложки муки или 3 желтка, 150 г панировочных сухарей, 200 г сливочного масла, зелень (любая), соль.

Способ приготовления

Почистите рыбу, нарежьте ровными кусками, удалите кости, посолите и оставьте на 1 час. После вытрите досуха салфеткой. В это время растопите масло на сковороде. Рыбу обваляйте в муке или смочите в яичных желтках и панировочных сухарях. Выложите рыбу на горячее масло и поджаривайте с обеих сторон, прокалывая вилкой. Таким образом обжаривается каждый порционный кусок, в толстых местах желательно еще надрезать рыбу, чтобы хорошо прожарилась. Требуемое количество масла надо растопить на сковороде с самого начала, потому что, если прибавлять понемногу, рыба не поджарится хорошо и может пригореть. Сложите рыбу на блюдо, можно в виде колодца, и посыпьте зеленой петрушкой. Украсьте свежими помидорами или огурцами. На гарнир подайте рассыпчатую кашу.

«Речной вокзал»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ кг рыбы (карп), 2 $^{1}/_{2}$ столовые ложки растительного масла, 2 яйца, 3 столовые ложки панировочных сухарей, 2 столовые ложки пармезана, соль.

Способ приготовления

Очистите карпа от чешуи, разрежьте на части, надрежьте в нескольких местах хребет и посолите.

Когда соль впитается, вытрите досуха салфеткой. Обмакните каждый кусок в яйцо, обваляйте в панировочных сухарях с тертым сыром и поджарьте на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом. Выложите по 2 кусочка на тарелку и рядом положите по 2–3 столовые ложки салата из свежих овощей, заправленного сметаной.

Рыба должна быть опущена во фритюр наполовину.

«Пиратские нравы»

Ингредиенты

1,2 кг рыбы (лососина), 2–3 столовые ложки растительного масла, 70–90 г панировочных сухарей, 2 яйца, 2 столовые ложки тертого сыра (любого), 3 зубчика чеснока.

Способ приготовления

Выньте внутренности, очистите от чешуи. Нарежьте тонкими порционными кусочками, посолите, обваляйте в яйце и в сухарях, поджарьте на хорошо разогретой сковороде в растительном масле с обеих сторон. Уложите на блюдо и посыпьте тертым сыром, смешанным с чесноком. К столу можно подать зеленый салат. Возьмите листья салата, промойте, нарежьте, добавьте сметану, соль, мелко нарезанный лук, зелень укропа, петрушки, немного уксуса и перемешайте. На гарнир можно подать жареный картофель соломкой.

«Убойная»

Ингредиенты

1,2 кг крупной рыбы (щука), 3 столовые ложки муки, $^1/_2$ стакана растительного масла, $^1/_2$ стакана панировочных сухарей, 1 луковица (некрупная), $^1/_2$ банки майонеза, зелень (любая), 1 морковка, перец, соль.

Способ приготовления

Очистите рыбу, тщательно вымойте, выпотрошите, разрежьте вдоль пополам, выньте кости. Нарежьте ее ровными кусками и посолите. Уберите на час в прохладное место. После вытрите досуха и обваляйте в муке. Раскалите сковороду с растительным маслом; когда масло закипит, положите рыбу. Обжарьте с обеих сторон, проколов вилкой и посыпав панировочными сухарями. Лук нарежьте полукольцами, морковь натрите на крупной терке и обжарьте на растительном масле, добавьте майонез, смешанный с мукой; доведите до кипения. Выложите рыбу на блюдо, полейте приготовленным соусом, посыпьте мелко нарубленной зеленью. К рыбе в качестве гарнира подайте отварной картофель.

Рыбу, жаренную во фритюре, выкладывают на блюдо, покрытое бумажной салфеткой.

«Мелюзга»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ кг рыбы (мелкая сига), 2–3 столовые ложки растительного масла, сок 1 лимона, 2 столовые ложки муки, специи (любые), перец, соль.

Способ приготовления

Очистите рыбу, выпотрошите, хорошенько промойте. Посолите, сбрызните лимонным соком, обваляйте в муке и жарьте на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом, добавьте перец и специи по вкусу. Подавать можно с салатом из картофеля. Возьмите картофель, отварите в мундире. Очищайте его горячим, затем дайте остыть, нарежьте его любой формой, добавьте соли, сахара, горчицы по Вашему вкусу. Нарежьте соломкой соленые огурцы и сваренные вкрутую яйца. Все перемешайте и украсьте зеленью. Можно заправить сметаной или майонезом.

«Барские забавы»

Ингредиенты

1 кг рыбы (караси), 1 луковица, 2 яйца, 80 г панировочных сухарей или 2 столовые ложки муки, 2 стакана сметаны, растительное масло, зелень укропа, зелень петрушки.

Способ приготовления

Очистите карасей, посолите и вытрите досуха салфеткой. Поджарьте изрубленную луковицу на ложке масла и остудите.

Взбейте 2 яйца и смешайте с луком. Обваляйте в этом карасей, посыпьте их сухарями или обваляйте в муке. Разогрейте сковороду с маслом и обжарьте рыбу с обеих сторон. Влейте сметану, вскипятите два раза, доведя рыбу до готовности. Переложите аккуратно на блюдо и посыпьте рубленой зеленью.

«Изверги»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ кг рыбы (караси), 2 столовые ложки муки, $^{1}/_{2}$ стакана сметаны, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 яйца, перец, соль.

Способ приготовления

Очистите карасей, посолите, обваляйте их в муке. Разогрейте сковороду с маслом и обжарьте карасей с обеих сторон. Положите их на блюдо, залейте сметаной, сверху украсьте колечками сваренных вкрутую яиц и рубленой зеленью. К рыбе можно подать какой-нибудь овощной салат из домашних запасов и отварной картофель.

«Светофор»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ кг рыбы (свежая камбала), 2–3 столовые ложки растительного масла, 2 яйца, $^{1}/_{3}$ стакана молока, 100 г панировочных сухарей.

Способ приготовления

Свежую камбалу очистите, удалите жабры снимите с обеих сторон кожу, посолите и дайте полежать около часа.

Яйца смешайте с молоком. Смочите камбалу в яйце и обваляйте в сухарях, смешанных с мукой. Поджарьте рыбу на разогретой сковороде в масле с обеих сторон. Выложите на блюдо. На любителя можно добавить в рыбу стакан кипяченой сметаны. Красочно оформить блюдо с рыбой помогут нарезанные кружочками помидор, лимон и свежий огурец.

Во фритюре лучше обжаривать мелкую рыбу или готовое филе.

«Речной дар»

Ингредиенты

1,2 кг крупной рыбы (лещ), 3 столовые ложки муки, $^1/_2$ стакана растительного масла, $^1/_2$ стакана панировочных сухарей, 1 луковица (некрупная), 2 зубчика чеснока, зелень (любая).

Способ приготовления

Очистите рыбу, тщательно вымойте, выпотрошите, разрежьте вдоль пополам, выньте кости. Нарежьте ее ровными кусками и посолите. Уберите на час в прохладное место. После вытрите досуха и обваляйте в муке. Раскалите сковороду с растительным маслом. Положите рыбу и обжарьте с обеих сторон, проколов вилкой и посыпав панировочными сухарями. Выложите рыбу на блюдо, посыпьте мелко нарубленной зеленью и чесноком. Положите крупно нарезанный лук. К рыбе в качестве гарнира подается отварной картофель. Нарежьте кружочками помидоры и украсьте приготовленное блюдо.

«Клеопатра»

Ингредиенты

1 $^1/_2$ кг рыбы (навага), 3 столовые ложки муки, 3 столовые ложки масла, 50 г сливочного масла, 2 яйца, $^1/_2$ банки майонеза, 2 луковицы, соль.

Способ приготовления

Очистите рыбу, тщательно промойте. Подготовленную навагу вытрите салфеткой досуха, лук мелко порежьте, обжарьте на растительном масле до золотистого цвета, смешайте с майонезом, яйцами, мукой и все хорошо взбейте. Посолите рыбу и обваляйте в приготовленной смеси. Хорошо разогрейте сковороду с растительным маслом и поджарьте рыбу с обеих сторон. Уложите на блюдо, полейте растопленным сливочным маслом. Украсьте зеленью укропа. К ней можно подать отварной картофель и салат из свежих овощей, заправленный сметаной.

«Щучья смерть»

Ингредиенты

1 кг рыбы (щука), 1 $^1/_2$ лимона, 100 г сливочного масла, $^1/_2$ л сметаны, перец, 1 стакан белого вина, 2 луковицы (средних размеров), соль.

Способ приготовления

Очистите рыбу, выпотрошите и посолите. Проткните шпажку вдоль хребта щуки и жарьте над открытым огнем, поливая приготовленным заранее соусом: смешайте белое вино, растопленное сливочное масло, сметану. Когда с рыбы начнет осыпаться кожа, щука готова. Выложите рыбу на блюдо и полейте оставшимся соусом, добавив в него крупно нарезанный лук.

«Любовь до гроба»

Ингредиенты

1 кг рыбы (селедка), 1 булка, 1 луковица, 3–4 гриба (любых), 2 яйца, $^1/_2$ стакана сухарей или муки, $^1/_3$ ст. растительного масла, молоко.

Для соуса: $^1/_2$ стакана муки (поджаренной), 2 столовые ложки сливочного масла, 2 $^1/_2$ стакана грибного бульона, 2 луковицы, перец, соль.

Способ приготовления

Селедку хорошенько вымочите, снимите кожицу, выньте кости. Изрубите рыбу с 1 луковицей и молоками. Положите булку, намоченную в молоке и отжатую, ложку масла, 1 яйцо. Хорошо все размешайте. Полученной смеси придайте форму селедки, приложите хвост и голову. Намажьте яйцом, посыпьте сухарями. Поджарьте на хорошо разогретой сковороде в масле. Подавайте, не снимая со сковороды. Можно полить селедку грибным соусом.

Поджаренную муку смешайте со сливочным маслом, разведите грибным бульоном. Бульон сварите из 3–4 грибов и 2 луковиц.

Варите около 2 часов, после процедите, добавьте сметаны по вкусу. Все это вскипятите и положите мелко нашинкованных грибов, соли.

«Северный полюс»

Ингредиенты

1 кг рыбы (сазан), 4 столовые ложки панировочных сухарей, 3 столовые ложки топленого масла, $^1/_2$ стакана сметаны, 2 яйца, 1 помидор, зелень (любая), соль.

Способ приготовления

Очистите рыбу, выпотрошите. Нарежьте порционными кусками, удалите кости. Посолите и выдержите в прохладном месте 10–15 минут. Оботрите досуха салфеткой, обмакните в яйца и обваляйте в сухарях. Разогрейте сковороду с маслом и поджарьте с обеих сторон. Залейте сметаной и вскипятите. Положите рыбу на блюдо, украсьте зеленью и кружочками свежего помидора. На гарнир можно подать картофельное пюре. На стол поставьте соленые огурцы или салат из свежей капусты и яблока.

«Русалка»

Ингредиенты

500 г рыбы (любой), 1 $^{1}/_{2}$ столовой ложки растительного масла, 1 корень петрушки, 1 столовая ложка молотых сухарей, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки топленого масла, 1 стакан майонеза, лимон, красный перец.

Способ приготовления

Очистите рыбу, приготовьте филе, замаринуйте в керамической посуде, добавив лимонный сок, зелень (любая), растительное масло, перец, соль. Уберите на 30 минут в холодильник. Затем обжарьте кусочки в сухарях, смешанных с мукой. Уложите рыбные кусочки в виде колодца. На стол поставьте майонез, смешанный с мелкими солеными огурцами, натертыми на крупной терке, и жареный картофель.

«Острые ощущения»

Ингредиенты

600 г рыбы (любой), 2 столовые ложки растительного масла, 4 столовые ложки панировочных сухарей, 2 корня хрена.

Способ приготовления

Очистите рыбу, выпотрошите, отделите от костей и нарежьте порционными кусками. Посолите, слегка отбейте филе, обваляйте в сухарях, обжарьте на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом. Выложите рыбу на блюдо и посыпьте сверху стружками хрена. Желательно поставить на стол острый соус на ваш вкус.

«Осенний пир»

Ингредиенты

700 г мелкой рыбы (любой), 1/4 стакана воды, 4 столовые ложки панировочных сухарей, 2 яйца, 2 столовые ложки тертого пармезана, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 луковица, 2 столовые ложки томата, 2 стакана рыбного бульона, 3 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка растительного масла, соль.

Способ приготовления

Приготовьте рыбу, оботрите ее салфеткой, смочите в яйце, смешанном с водой и солью. Обваляйте в сухарях и тертом сыре, обжарьте на разогретой сковороде со сливочным маслом. Горячую рыбу подавайте, полив ее сметанно-томатным соусом: мелко нарезанный лук слегка обжарьте с мукой и растительным маслом в кастрюльке. Добавьте томат, бульон, посолите, варите 8 минут, добавьте сметану и перемешайте. На гарнир подайте рассыпчатый рис.

«Балтийский флот»

Ингредиенты

500 г рыбы (любой), 1 $^{1}/_{2}$ стакана молока, 2 яйца, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка тертого сыра (любого), 2 столовые ложки муки, 2 стакана панировочных сухарей, 2 помидора, зелень (любая).

Способ приготовления

Очистите рыбу, отделите ее от костей, нарежьте порционными кусками. Посолите, положите на хорошо разогретую сковороду со сливочным маслом. Обжарьте до образования золотистой корочки и залейте смесью из яйца и молока, положите крупно нарезанный помидор, можно поперчить, посыпьте сыром, смешанным с панировочными сухарями. Накройте крышкой. К столу подавайте в сковороде, посыпав зеленью. Для гарнира вполне подойдет картофельное пюре.

«Угадай, где я родился»

Ингредиенты

600 г рыбы (любой, крупной), 1 столовая ложка уксуса (разведенного), 4 столовые ложки растительного масла, 600 г квашеной капусты, перец, соль.

Способ приготовления

Очистите рыбу, выпотрошите. Подготовленную рыбу нарежьте широкими кусками, выложите в эмалированную посуду, посолите, поперчите, сбрызните уксусом и оставьте на 2 часа. Сильно разогрейте сковороду с маслом и обжарьте рыбу с обеих сторон. Положите по куску рыбы на блюдо, а рядом – квашеную капусту.

«Братки»

Ингредиенты

1 кг рыбы (бычки), 4 столовые ложки растительного масла, 1 кг помидоров, зелень петрушки, зелень укропа, соль.

Способ приготовления

Очистите рыбу, выпотрошите. Посолите и поставьте в холодное место на 25 минут. Оботрите досуха салфеткой. Обжарьте на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом. Одновременно на другой сковороде обжаривайте мелкие помидоры. Выложите на блюдо рыбу, окружив помидорами, украсьте веточками петрушки, укропа.

На гарнир подайте рассыпчатую кашу из гречневой или рисовой крупы.

«Цып»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ кг рыбы (форель), 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки растительного масла, 2 яйца, зелень (любая), перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу очистите, промойте. Разрежьте ее со стороны брюшка, выпотрошите и промойте. Распластайте, посолите, поперчите, обваляйте в муке. Обжарьте на разогретой сковороде в растительном масле. Переложите на противень, залейте сливочным маслом. Взбейте яйца, посолите, залейте рыбу и поставьте ее в духовку. Выньте, когда поджарятся яйца. Готовую рыбу выложите на блюдо, полейте форель майонезом, смешанным с крупно нарезанным зеленым луком.

Украсьте блюдо зеленью, овощами, как вам позволит фантазия.

«Сельские посиделки»

Ингредиенты

500 г рыбы (килька), 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки муки, зелень укропа, соль.

Способ приготовления

Вымойте хорошо рыбу в холодной воде, оботрите салфеткой, посолите и обваляйте в муке. Разогрейте сковороду с растительным маслом, положите нарезанный лук, а через некоторое время – рыбу. Обжарьте до готовности, аккуратно помешивая. Выложите рыбу на блюдо. Подайте с картофельным пюре. Посыпьте рыбу и картофель мелко нарезанным укропом.

«На любой вкус»

Ингредиенты

500 г рыбы (салака), 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка сливочного масла, 50 г пармезана, 1 столовая ложка тертых сухарей.

Способ приготовления

Рыбу подготовьте, хорошо промойте, оботрите досуха салфеткой. Посолите и смажьте растительным маслом. Выложите рыбу на решетку и жарьте до готовности. Положите на блюдо, полейте растопленным маслом и посыпьте тертым сыром, смешанным с сухарями.

«Землетрясение»

Ингредиенты

1 кг рыбы (линь), 3 столовые ложки растительного масла, 2 яйца, $^1/_2$ стакана панировочных сухарей, 3 столовые ложки сливочного масла, $^1/_3$ лимона, 100 г пармезана, соль.

Способ приготовления

Очистите рыбу, выпотрошите. Подготовленную рыбу промойте и разделайте на филе. Нарежьте филе порционными кусками, посолите и выдержите в прохладном месте 1 час. Обваляйте в муке, обмакните в яйцо и в молотые сухари, смешанные с тертым сыром. Обжарьте рыбу в хорошо разогретой сковороде с растительным маслом и доведите до готовности на медленном огне. Выложите на блюдо, украсьте лимоном. К столу подайте с жареным картофелем и овощным салатом.

«Княжеский стол»

Ингредиенты

700 г рыбы (осетровых пород), 1/2 лимона, 3 столовые ложки растительного масла, 2 1/2 столовые ложки муки, 1 луковица, перец, соль.

Способ приготовления

Разделайте рыбу, промойте. Нарежьте ее на порционные куски, обдайте кипятком, оботрите досуха, посолите, поперчите и обваляйте в муке. Нарежьте крупно лук и слегка обжарьте, положите в него рыбу и обжарьте ее с обеих сторон. Выложите на блюдо, полейте маслом со сковороды и украсьте лимоном. На гарнир подайте рассыпчатый рис.

«Я – крутой»

Ингредиенты

700 г рыбы (угорь), 2 $^{1}/_{2}$ столовые ложки оливкового масла, 1 стакан томатного соуса, соль.

Способ приготовления

Надрежьте вокруг головы кожу и снимите ее целиком, выпотрошите и хорошо промойте. Оботрите досуха, нарежьте порционными кусками. Наколите на металлическую шпажку, обмажьте жиром и обжарьте до полной готовности над раскаленными углями. Готовую рыбу посолите, уложите на блюдо и полейте томатным соусом, украсьте зеленью. Подайте с салатом из овощей: нарежьте огурцы, морковь, капусту, редиску, лук, яблоко. Перемешайте, посолите, заправьте майонезом.

«Пальчики»

Ингредиенты

500 г рыбы (пикша), 1 $^1/_2$ стакана муки, 2 яйца, $^1/_2$ стакан молока, 200 г жира, 2 столовые ложки растительного масла, зеленый лук, зелень укропа, перце, соль.

Способ приготовления

Очистите, выпотрошите рыбу и хорошо промойте. Рыбу разделайте на филе без костей и кожи. Нарежьте ее в виде брусочков. Сложите в эмалированную посуду, посолите, поперчите и поставьте в холодное место на 30 минут. Молоко и растительное масло вылейте в муку, добавьте соль и взбитые белки, хорошенько перемешайте. Наколите кусочек рыбы на вилку, обмакните в жидкое тесто и обжаривайте в разогретом жире (во фритюре). На гарнир можно подать картофель, приготовленный по Вашему вкусу, и салат из огурцов (свежих), заправленный сметаной. Рыбу, картофель, салат посыпьте зеленым луком и укропом.

«Скоморохи»

Ингредиенты

500 г рыбы (морской окунь), 200 г жира (любого), 1 $^1/_2$ стакана муки, 2 яйца, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу разделайте на филе без костей и кожи. Нарежьте ее в виде брусочков. Сложите в эмалированную посуду, посолите, поперчите и оставьте на 30 минут. Молоко и растительное масло вылейте в муку, добавьте соль и взбитые белки, хорошенько перемешайте. Наколите кусочек рыбы на вилку, обмакните в жидкое тесто и обжаривайте в разогретом жире (во фритюре). На гарнир можно подать жареный картофель, салат из огурцов (свежих) или помидоров, заправленный майонезом или сметанным соусом с растертым желтком.

«Огородная штука»

Ингредиенты

700 г рыбы (ставрида), 3 столовые ложки растительного масла, 1 кг баклажанов, 2 столовые ложки панировочных сухарей, перец, соль.

Способ приготовления

Очистите, промойте ставриду. Подготовленную рыбу нарежьте порционными кусками, посолите, поперчите и обваляйте в панировочных сухарях. Обжарьте с обеих сторон. Баклажаны посолите, нарезав их кружочками. Через 15 минут, обваляв в муке, обжарьте. Положите баклажаны поверх рыбы, украсьте зеленью. Подавать можно с винегретом.

«Потеха»

Ингредиенты

400 г рыбы (камбала), 1 столовая ложка муки, 1–2 столовые ложки растительного масла, 3 картофелины (среднего размера), 2 яйца, $^1/_2$ луковицы, 1 зубчик чеснока, зеленый лук, перец, соль.

Способ приготовления

Разделанную камбалу отделите от костей, нарежьте на порционные кусочки, посолите, обваляйте в муке и обжарьте на разогретой сковороде. На другой сковороде пожарьте картофель с мелко нарезанным репчатым луком, по вкусу можно добавить 1 зубчик чеснока. Переложите куски рыбы в картофель, залейте яйцами и посыпьте зеленым луком. Уберите в духовой шкаф до готовности. Подавайте на сковороде. На стол желательно поставить отдельно майонез или сметанный соус.

«Закат»

Ингредиенты

700 г рыбы (скумбрия), 3 столовые ложки растительного масла, 1 кг баклажанов, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 3 столовые ложки томатного пюре, перец, соль.

Способ приготовления

Обработанную рыбу нарежьте порционными кусками, посолите, поперчите и обваляйте в панировочных сухарях. Обжарьте с обеих сторон. Баклажаны посолите, нарезав их кружочками. Через 15 минут, обваляв в муке, обжарьте, добавив томатное пюре. Положите баклажаны, поверх – рыбу, украсьте зеленью и кружочками порезанных помидоров.

«Меня нашли в капусте»

Ингредиенты

1 кг рыбы (линь), 3 столовые ложки растительного масла, 2 кочана капусты, 80 г грибов (любых, сушеных), 1 луковица, 1 стакан сметаны, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 1 яйцо, зелень петрушки, специи (любые), сахар, перец, соль.

Способ приготовления

Очистите, выпотрошите, посолите рыбу. Разрежьте рыбу на порционные куски, оботрите досуха салфеткой и отделите от костей. Обмакните каждый кусок во взбитое яйцо. Запанируйте в сухарях, поперчите. Хорошо разогрейте сковороду с растительным маслом и обжарьте рыбу с обеих сторон. Положите рыбу на блюдо, рядом капусту, приготовленную следующим образом: нашинкуйте ее, посолите, слегка отожмите и залейте грибным бульоном, добавив ложку масла. Накройте крышкой и тушите, помешивая капусту, чтобы не пригорела. Когда капуста уварится, добавьте специи, немного сахара, залейте сметаной и варите до загустения.

Бутерброд с жареной рыбой «Святая наивность»

Ингредиенты

5 ломтей хлеба, 300 г рыбного филе (любого), 4 столовые ложки майонеза, 3 зубчика чеснока, 2 огурца (свежих), 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка муки, зеленый лук.

Способ приготовления

Посолите рыбное филе, нарезанное небольшими кусочками. Обваляйте в муке и обжарьте на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом. Положите рыбу на хлеб, полейте майонезом, смешанным с мелко нарубленным чесноком, и положите рядом тонко нарезанный кружочками огурец. Посыпьте все мелко нарезанным зеленым луком. Выложите бутерброды на блюдо и подавайте к столу.

Бутерброд с жареной рыбой «Наивная простота»

Ингредиенты

4 ломтя хлеба, 300 г рыбного филе (любого), 1 столовая ложка панировочных сухарей, $^1/_2$ луковицы, 2 помидора, 2 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки.

Способ приготовления

Посолите рыбу, обваляйте в сухарях и обжарьте на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом. Рыбу изрубите и смешайте с мелко нарезанным луком. Заправьте рыбу сметанным соусом с горчицей и положите на хлеб, украсив кружочками помидоров и петрушкой.

Соусы к рыбе

Разнообразные соусы иногда являются неотъемлемой частью различных блюд, в том числе и рыбных. Мы предлагаем вам рецепты тех из них, которые можно использовать при приготовлении жареной рыбы. Они не только повысят питательность блюда, но и разнообразят его вкус.

«Классический»

Ингредиенты

1 $^{1}/_{2}$ столовой ложки муки, 1 $^{1}/_{2}$ столовой ложки масла, 2 стакана рыбного бульона, 1 чайная ложка лимонного сока, 2 столовые ложки сметаны.

Способ приготовления

Муку поджарьте в кастрюльке с маслом. Помешивая, добавьте рыбный бульон и варите 10 минут. Посолите соус, снимите с огня, добавьте лимонный сок или разведенную лимонную кислоту, сметану. Все перемешайте и процедите.

«Сметанный»

Ингредиенты

2 столовые ложки топленого масла, 2 столовые ложки муки, 1 стакан рыбного бульона, 2 $^{1}/_{2}$ стакана сметаны, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Обжарьте муку с топленым маслом до золотистого цвета. Добавьте сметану, рыбный бульон и доведите до кипения, помешивая. Добавьте в соус перец, соль по вашему вкусу.

«Изысканный»

Ингредиенты

$^1/_5$ стакана красной смородины (свежей), $^1/_2$ стакана белого вина, 1 стакан соуса из-под запеченной рыбы, $^1/_3$ стакана сахара, 1 чайная ложка картофельной муки, корица.

Способ приготовления

Тщательно промойте смородину. Протрите ее сквозь сито или пропустите через мясорубку. Смешайте с вином, соусом, добавьте немного корицы, сахар. Введите картофельную муку, размешанную с ложкой холодной воды. Все перемешайте и полейте приготовленным соусом жареную рыбу.

«Желтенький»

Ингредиенты

4 яйца, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 чайная ложка лимонного сока, зеленый лук, $^1/_2$ столовые ложки горчицы, соль.

Способ приготовления

Сварите яйца вкрутую и очистите от скорлупы. Мелко порубите 2 белка и 4 желтка, зеленый лук. Разогрейте сковороду с маслом и положите на нее приготовленные яйца и лук. Посолите, добавьте лимонный сок и горчицу. Все перемешайте.

«Соленый огурец»

Ингредиенты

6 огурцов (соленых), 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки растительного масла, 1 стакан рыбного бульона, 1 стакан грибного бульона, $^1/_2$ стакана огуречного рассола, зелень укропа, петрушки, сахар.

Способ приготовления

Нарежьте небольшими продолговатыми кусочками соленые огурцы. Немного поджарьте муку и вскипятите ее с растительным маслом. Добавьте мелко изрубленную зелень петрушки, рыбный и грибной бульоны, немного жженого сахара, огуречный рассол, прокипятите. Перед подачей к столу добавьте мелко нарезанный укроп.

«Обыкновенный»

Ингредиенты

2 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки муки, 3 стакана рыбного бульона, зеленый лук, соль.

Способ приготовления

Вскипятите масло с мукой, помешивая. Разведите муку бульоном, посолите и варите 2 часа.

Процедите, добавьте мелко нарезанный зеленый лук.

«Синьор помидор»

Ингредиенты

6 столовых ложек томатной пасты, 3 стакана рыбного бульона, 1 морковка, 1 луковица, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки масла, 1 столовая ложка сметаны, зелень укропа, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления

Очистите лук, морковь, хорошо помойте и мелко нарежьте. Поджарьте овощи в кастрюльке на масле, добавив муку. Налейте рыбный бульон и положите томатную пасту или пюре. Посолите, варите соус 10 минут. Снимите с огня, процедите, добавьте сметану, перемешайте с зеленью.

«Лесной»

Ингредиенты

3 ст. грибного бульона, 3 гриба (любых, вареных), 2 луковицы, 3 столовые ложки муки, сливочное масло, сметана, зелень укропа, соль.

Способ приготовления

Сварите грибной бульон с луком. Муку обжарьте на сливочном масле. Добавьте процеженный грибной бульон и варите на слабом огне полчаса. Грибы и зелень укропа мелко нарежьте, добавьте в соус.

Холостяцкая кухня

Гастрономический опыт

Ингредиенты

300 г картофеля, 1 луковица, 4 помидора, 4 яйца, 3 столовые ложки тертого сыра (любого), 3–4 зубчика чеснока, 1 сладкий болгарский перец, 2 столовые ложки растительного масла, молотый черный перец, соль.

Способ приготовления

Картофель очистите, нарежьте соломкой, жарьте в кипящем масле. Когда картофель будет почти готов, добавьте нарезанные лук, помидоры, болгарский перец, через 3–5 минут вбейте яйца, посыпьте тертым сыром, поперчите, посолите, накройте крышкой и жарьте пару минут. Подать к столу это блюдо можно прямо в сковороде без ручки.

Тосты «Элементарные»

Ингредиенты

4 ломтика хлеба, 2 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки тертого сыра (любого), 2 чайные ложки кетчупа, соль.

Способ приготовления

На хлеб намажьте кетчуп, посыпьте сыром, намажьте майонез и слегка посолите. Выпекайте на решетке в духовке 3 минуты.

Суп «Полдень»

Ингредиенты

100 г вермишели, 1 луковица, 1 морковка, 1 корень петрушки, 2 л воды или мясного бульона, зелень укропа, зелень петрушки, зелень сельдерея.

Способ приготовления

Отварите вермишель в кипящей подсоленной воде в течение 5 минут. Коренья очистите, натрите на терке, обжарьте в кипящем масле на сковороде. Вермишель и коренья поместите в кипящую воду или бульон и варите 10–12 минут. Готовый суп посыпьте измельченной зеленью.

Капустный салат «На все времена»

Ингредиенты

1 кочан капусты, 2 морковки, 1 яблоко, 2 столовые ложки сметаны, зеленый лук, соль.

Способ приготовления

Капусту мелко нашинкуйте, морковь, яблоко натрите на терке, лук измельчите. Все перемешайте, посолите, заправьте сметаной. Прелесть этого салата в том, что его можно приготовить в любое время года.

Рис «Веселый боцман»

Ингредиенты

400 г риса, 200 г помидоров, 200 г креветок, 2–3 зубчика чеснока, 1 столовая ложка растительного масла, соль.

Способ приготовления

Рис отварите в 600 г воды, помидоры натрите на терке, чеснок измельчите. Креветки отварите в подсоленной воде. Натертые помидоры потушите в сковороде с растительным маслом, добавьте чеснок, посолите. Рис выложите на плоское блюдо, сверху положите креветки, полейте соусом из помидоров. Такой рис поднимет настроение не только боцману.

Бутерброды «Смешанные»

Ингредиенты

100 г куриного паштета, 50 г плавленого сыра, 1 помидор, 1 чайная ложка майонеза, 4 ломтика хлеба, зелень петрушки, зеленый лук.

Способ приготовления

Смешайте паштет, сыр и майонез. Намажьте этой массой ломтики хлеба. Украсьте бутерброды кружками помидора, зеленью петрушки и лука.

Гречневая каша с овощами

Ингредиенты

2 стакана гречневой крупы, 4 стакана воды, 1 луковица, 1 морковка, 2 болгарских перца, 1 баклажан, 2 столовые ложки сливочного масла.

Способ приготовления

Крупу переберите, залейте водой и варите 12–15 минут на умеренном огне. Баклажан пеките в духовке, пока его кожица не потемнеет и не сморщится. Лук, морковь и перец нарежьте и обжарьте на сливочном масле. Баклажан очистите, порежьте на мелкие кубики, смешайте с остальными овощами, выложите их на кашу. Количество овощей вы можете менять по своему желанию.

Запеченная рыба «Золотое дно»

Ингредиенты

500 г рыбного филе (любого), 1 столовая ложка лимонного сока, 1 луковица, 150 г майонеза, 2 столовые ложки тертого сыра (любого), 2 столовые ложки кукурузы (консервированной), растительное масло, соль.

Способ приготовления

Рыбное филе нарежьте кусочками, обваляйте в муке, обжарьте на растительном масле. Выложите рыбу на смазанный маслом противень, добавьте кукурузу, сверху уложите кольца лука, полейте лимонным соком, майонезом, посыпьте сыром. Выпекайте в хорошо разогретой духовке около 20 минут до золотистого цвета.

Цветная капуста в тесте

Ингредиенты

500 г цветной капусты, 1 яйцо, 2 столовые ложки муки, 1 столовая ложка сметаны, соль.

Способ приготовления

Капусту отварите в подсоленной воде, разберите на соцветия. Взбейте яйцо с солью, добавьте муку и сметану. Соцветия капусты обмакните в полученное тесто и жарьте в кипящем растительном масле до золотистого цвета.

Крабовый салат

Ингредиенты

200 г крабовых палочек, 2 яйца (сваренных вкрутую), 1 столовая ложка кукурузы (консервированной), 1 картофелина (отварная), 3 столовые ложки майонеза, соль.

Способ приготовления

Крабовые палочки нарежьте кубиками, яйца и картофель мелко порежьте. Все смешайте, добавьте кукурузу, посолите, заправьте майонезом.

Овощное ассорти с сосисками

Ингредиенты

500 г картофеля, 500 г капусты, 2 луковицы, 1 морковка, 2–3 помидора, 100 г фасоли, 300 г сосисок, зелень укропа, растительное масло, соль.

Способ приготовления

Сосиски немного обжарьте на сковороде и порежьте на небольшие кусочки, овощи нарежьте, фасоль отварите, капусту мелко нашинкуйте. В толстостенную кастрюлю налейте немного масла, поместите все компоненты, посолите, долейте немного воды и тушите на медленном огне до готовности. При подаче посыпьте укропом. Это ассорти можно подать как к обеду, так и к ужину. А можно вместо того и другого – как самостоятельное блюдо.

Бутерброды «Красная Шапочка»

Ингредиенты

100 г ветчины, 1 луковица (небольшая), 2 помидора, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 1 столовая ложка сливочного масла, хлеб, перец, соль.

Способ приготовления

Лук нарежьте колечками, обжарьте в растительном масле до золотистого цвета. На ломтики хлеба намажьте масло, положите тонкие кусочки ветчины, кружочки лука, яйца, помидоров, посолите, поперчите.

Салат «Весеннее утро»

Ингредиенты

200 г редиса, 50 г зеленого лука, 50 г черемши, 1 яйцо (вкрутую), 1 морковка (молодая), 3 столовые ложки сметаны.

Способ приготовления

Редис очистите от стеблей, все компоненты мелко нарежьте, посолите, заправьте сметаной.

Салат «Зеленая поляна»

Ингредиенты

200 г зеленого салата, 200 г шпината, 200 г щавеля, 2 яйца, 1 стакан майонеза, соль.

Способ приготовления

Яйца отварите, мелко нарежьте. Зелень помойте, порежьте очень мелко, перемешайте, посолите и заправьте майонезом.

Что там на десерт?

Какой же прием без десерта?! Мы предлагаем несколько рецептов сладких блюд, которые, как мы надеемся, по достоинству оценят ваши гости.

Эти десерты очень просты, и приготовить их сможет даже совсем неопытный кулинар.

Печеные бананы

Ингредиенты

5 бананов, 1 столовая ложка сахарного песка, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка молотых орехов.

Способ приготовления

Бананы очистите, разрежьте на половинки. Противень смажьте сливочным маслом, положите на него половинки бананов, посыпьте их сахаром, орехами, чуть-чуть сбрызните водой и поставьте в духовку запекаться на 20 минут.

Черничный десерт

Ингредиенты

300 г черники, 200 г мороженого (любого), 100 г молока, 1 столовая ложка клюквенного варенья или сиропа (любого).

Способ приготовления

Все компоненты взбейте миксером в течение 1–2 минут. То, что получится в результате, невозможно описать словами – это можно только пробовать!

Тропический коктейль

Ингредиенты

2 банана, 1 персик, 50 г апельсинового сока, 100 г лимонного сока, 100 г сливок.

Способ приготовления

Бананы очистите, у персика удалите косточку, нарежьте, добавьте соки, сливки и взбейте миксером.

Фрукты с коньяком

Ингредиенты

1 яблоко, 1 груша, 2–3 абрикоса или персика, 1 лимон или грейпфрут, 1 столовая ложка коньяка, 1 чайная ложка сахарного песка.

Способ приготовления

У яблока и груши удалите сердцевины, у абрикосов и персиков – косточки.

Лимон нарежьте на мелкие кусочки, если вы используете грейпфрут, то его следует очистить от кожуры.

Нарезанные фрукты посыпьте сахаром, тщательно перемешайте и залейте коньяком.

Мусс «Зеленое яблочко»

Ингредиенты

5 зеленых яблок, 2 столовые ложки лимонного сока, 3 столовые ложки сахара, 250 г сливок.

Способ приготовления

Яблоки испеките в духовке, остудите и очистите от кожуры и сердцевины.

Миксером взбейте яблоки с сахаром, лимонным соком, сливками до однородной массы.

Выложите мусс в розетки и перед подачей поставьте в холодильник.

Медовый кекс

Ингредиенты

3 стакана муки, 2 столовые ложки сахара, $^1/_2$ стакана меда, 1 стакан сметаны, 200 г сливочного масла, 2 столовые ложки молотых орехов, $^1/_4$ чайной ложки соды.

Способ приготовления

Все компоненты хорошо перемешайте до полного растворения сахара и получения однородной массы, в конце замеса добавьте орехи и соду, гашенную уксусом. Выложите тесто в смазанную маслом форму и выпекайте его в умеренно нагретой духовке.

Готовность кекса проверяйте деревянной палочкой. Если вы воткнете ее в выпекаемое изделие и она окажется сухой, значит, кекс пора вынимать из духовки.

Однако постарайтесь не довести свое произведение кулинарного искусства до состояния сухаря.

Пирог со смородиной и клюквенным вареньем

Ингредиенты

3 стакана муки, 3 яйца, $^1/_2$ стакана сахара, 25–30 г дрожжей, 2 стакана воды или молока.

Для начинки: 1 $^1/_2$ ст. черной смородины, $^1/_2$ ст. клюквенного варенья, 4–5 ст. л. сахара, 2 чайные ложки лимонного сока.

Способ приготовления

Из муки, трех желтков, половины стакана сахара, дрожжей и молока замесите тесто и поставьте его в теплое место на 4–6 часов, пока оно не перестанет подниматься.

Для начинки смешайте смородину, клюквенное варенье и 2–3 столовые ложки сахара.

Поднявшееся тесто уложите в плоскую, смазанную маслом форму, сверху выложите начинку и поставьте в духовку. Выпекайте в течение 20–25 минут. Три белка взбейте с оставшимся сахаром и лимонным соком, затем осторожно выложите их на пирог и опять поместите его в духовку на пару минут.

Готовый пирог украсьте ягодами смородины и клюквы.

Вишневый творог

Ингредиенты

250 г творога, 150 г вишни, 200 г сметаны, 2 столовые ложки сахарного песка или меда.

Способ приготовления

Вишню вымойте, удалите из нее косточки и взбейте миксером. Сметану размешайте с сахаром или медом, залейте ею творог и вишню, все смешайте до однородной массы. Перед подачей поставьте творог в холодильник на час.

Яблочный пирог «Пятнадцать минут»

Ингредиенты

3 яйца, 1 стакан муки, 150 г сливочного масла, $^1/_2$ стакана сахара, 2–3 яблока, 1 столовая ложка изюма, $^1/_4$ чайной ложки соды, $^1/_4$ чайной ложки уксуса.

Способ приготовления

Яичные желтки взбейте с сахаром, сливочным маслом, постепенно всыпьте муку. Белки взбейте до образования густой пены, осторожно смешайте с остальными ингредиентами, добавьте соду, гашенную уксусом.

Яблоки почистите, удалите сердцевину, мелко нарежьте и перемешайте с тестом. Поместите все в смазанную маслом форму и выпекайте в духовке 15–20 минут.

Торт «Розовый»

Ингредиенты

5 яиц, 3 столовые ложки муки, 3 столовые ложки картофельного крахмала, 5 столовых ложек сахара, 1 чайная ложка малинового сиропа, ванилин.

Для крема: 1 банка сгущенного молока, 200 г сливочного масла, 2 чайные ложки вишневого сиропа, 2 столовые ложки молотых грецких орехов.

Способ приготовления

Желтки разотрите с сахаром, охлажденные белки взбейте с ванилином. Часть белков добавьте к желткам, подмешайте муку, крахмал, сироп, затем введите остальные белки.

Выложите тесто в смазанную маслом и посыпанную мукой форму и выпекайте в духовке на среднем жару в течение 30 минут. Готовность бисквита проверяйте лучинкой, на ней не должно оставаться следов теста, когда корж испечется. Выпеченный бисквит осторожно разрежьте на две части.

Для того чтобы приготовить крем, сгущенное молоко взбейте с размягченным маслом, добавьте сироп и грецкие орехи. Намажьте полученным кремом один из коржей, сверху положите второй и тоже обмажьте кремом.

Украсьте торт ягодами вишни и малины и поставьте его до подачи к столу в холодильник.

Кекс «Предел фантазии»

Ингредиенты

2 стакана муки, 2 столовые ложки картофельного крахмала, 8 яиц, $^1/_2$ стакана кураги, 1 стакан меда, 1 апельсин, $^1/_2$ стакана молотого миндаля, 1 стакан сливочного масла, 1 столовая ложка сахара, сода, соль.

Способ приготовления

В кастрюле смешайте яичные желтки, мед, сахар, сливочное масло, соль. Постепенно всыпьте муку, крахмал, миндаль, мелко нарезанную курагу. Апельсин очистите от кожуры и косточек, мелко порежьте и добавьте к остальным компонентам. В последнюю очередь к тесту подмешайте взбитые до густой пены белки и гашенную уксусом соду.

Все выложите в смазанную маслом форму и выпекайте в духовке при средней температуре в течение 40–50 минут. Готовый кекс можете украсить сахарной пудрой, цукатами.

Печенье «Золушка»

Ингредиенты

2 стакана муки, $^1/_2$ стакана сметаны, 2 яйца, 3 столовые ложки сахара, $^1/_4$ чайной ложки соли, $^1/_4$ чайной ложки соды, 1 столовая ложка лимонной цедры.

Способ приготовления

Взбейте яйца, сметану с сахаром, добавьте муку, соль, соду, лимонную цедру и замесите тесто до однородной массы. Вымешенное тесто поставьте в холодильник на несколько минут.

Затем раскатайте тесто в пласт толщиной в $^1/_2$ и вырежьте стаканом или специальными формочками печенье, уложите его на смазанный маслом противень и выпекайте в духовке 10–15 минут.

Миндальное печенье

Ингредиенты

6 белков, 2 стакана сахарной пудры, $^1/_2$ стакана молотого миндаля, 1 столовая ложка муки.

Способ приготовления

Яичные белки взбейте с сахарной пудрой миксером до густой пены, в конце добавьте муку. Полученную массу выложите на чуть смазанный маслом противень в виде небольших шариков и посыпьте их молотым миндалем.

Выпекайте печенье в слабо разогретой духовке в течение получаса.

Лимонный сметанник

Ингредиенты

1 стакан муки, 2 стакана сметаны, 4 желтка, 1 лимон, 1 $^1/_2$ стакана сахара, $^1/_4$ соды.

Способ приготовления

Желтки разотрите со стаканом сахара, стаканом сметаны, всыпьте муку. Лимон натрите на терке, удалите косточки и смешайте с остальными компонентами. Выложите замешенное тесто в смазанную маслом форму и выпекайте в духовке при средней температуре.

Готовность сметанника проверьте деревянной лучинкой. Оставшиеся сметану и сахар взбейте и намажьте этой массой испеченный сметанник.

Заварные пирожные

Ингредиенты

1 стакан муки, 1/2 стакана воды, 1/2 стакана сахара, 1/2 стакана сливочного масла, 4 яйца, 1/4 чайной ложки соли.

Для крема: 1/2 стакана сливок, 3 столовые ложки сахара, 1 чайная ложка крахмала, 3 яйца, 1/2 ст. апельсинового сока.

Способ приготовления

В кастрюле вскипятите воду, сахар, масло, соль, затем, непрерывно помешивая, всыпьте муку, нагревая до загустения. В немного остывшую массу добавьте по одному четыре яйца, хорошо вымесите тесто и выложите его на противень в виде небольших шариков.

Выпекайте в не сильно нагретой духовке около 30 минут. Для приготовления крема все ингредиенты смешайте в кастрюле, прогревайте пару минут, постоянно помешивая. У готовых остывших пирожных отрежьте верхушки и заполните холодным кремом. Сверху посыпьте пирожные сахарной пудрой.

Печенье «Термитник»

Ингредиенты

2 ст. муки, 200 г сливочного масла или маргарина, 2 яйца, 1 ст. сахарной пудры, $^1/_2$ ст. рубленых грецких орехов.

Способ приготовления

Муку порубите с маслом, яйца взбейте с сахарной пудрой. Замесите тесто из всех перечисленных компонентов, поставьте его в холодильник на час. Скатайте из теста небольшие жгуты, пропустите через мясорубку, отрежьте одинаковые кусочки и выложите на смазанный противень, посыпьте печенье орехами и выпекайте в течение 15 минут при средней температуре.

Ватрушки «Всем привет»

Ингредиенты

5 стаканов муки, 1 $^1/_2$ стакана сметаны, 3 яйца, $^1/_2$ стакана сахара, 5 столовых ложек сливочного масла, $^1/_2$ чайной ложки соли, $^1/_2$ чайной ложки соды.

Для начинки: 200 г творога, 1 столовая ложка сметаны, 2 яйца, 1 чайная ложка муки, 3 столовые ложки абрикосового джема или варенья.

Способ приготовления

Яйца, сметану, масло смешайте с сахаром, солью и содой, добавьте муку и замесите тесто, поместите его в холодильник на полчаса. После этого раскатайте тесто в пласт толщиной $^1/_2$ сантиметра, вырежьте кружки, на середину каждого положите начинку из творога, в центре сделайте небольшое углубление и заполните его джемом. Для приготовления начинки сметану взбейте с яйцом, добавьте протертый творог и чайную ложку муки, все хорошо перемешайте. Края ватрушек немного заверните к середине. Уложите ватрушки на противень, смажьте взбитым яйцом и выпекайте в духовке при средней температуре в течение четверти часа.

Клубничная запеканка

Ингредиенты

500 г клубники, 3 столовые ложки сахара, 4 яйца, 1 стакан йогурта, 2 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки муки, 2 чайные ложки ванильного порошка, 4 столовые ложки сахарной пудры, 1 чайная ложка крахмала, 1 стакан сметаны.

Способ приготовления

Отделите яичные белки от желтков. Желтки взбейте с двумя ложками сахара и сливочным маслом, добавьте йогурт, всыпьте ванильный порошок, муку, крахмал.

Белки взбейте с двумя ложками сахарной пудры в густую пену. 250 г клубники разотрите с ложкой сахара, смешайте с остальной массой и осторожно введите белки.

Вылейте полученную смесь в смазанную маслом форму и выпекайте около получаса при средней температуре.

Оставшуюся клубнику взбейте с сахарной пудрой и сметаной и залейте готовую запеканку.

Хворост

Ингредиенты

3 стакана муки, $^1/_2$ стакан молока, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки сахара, $^1/_2$ чайной ложки соли, $^1/_2$ стакана сахарной пудры, 3 желтка, 1 столовая ложка коньяка, 2 стакана растительного масла.

Способ приготовления

Из всех продуктов, кроме сахарной пудры и растительного масла, замесите тесто и раскатайте в тонкий пласт.

Нарежьте тесто на полоски шириной 4–5 см и длиной 10–12 см, заверните их жгутами, бантиками или придайте им любую другую форму в зависимости от вашего воображения.

Жарьте хворост в кипящем масле до золотистого цвета.

Готовые изделия посыпьте сахарной пудрой.

Желе из красной смородины и малины

Ингредиенты

200 г красной смородины, 200 г малины, 400 г сока из красной смородины или вишни, 3 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки крахмала.

Способ приготовления

Ягоды промойте, отделите от веточек, засыпьте сахаром и оставьте на полчаса. Затем залейте соком и доведите до кипения. Крахмал разведите холодной водой, добавьте его к ягодам и еще один раз их вскипятите. Разлейте в розетки и поставьте охлаждаться.

Апельсиновый кекс

Ингредиенты

500 г муки, 3 столовые ложки апельсинового сока, 1 стакан сливочного масла,

3 яйца, 100 г апельсиновых цукатов, 1 стакан сахарного песка, 1 столовая ложка рома, 3 столовые ложки сахарной пудры.

Способ приготовления

Цукаты залейте ромом и оставьте на час пропитаться. Яйца взбейте с сахаром, сливочным маслом, апельсиновым соком и всыпьте муку, затем добавьте цукаты с ромом и все хорошо перемешайте. Поместите смесь в смазанную маслом форму и выпекайте около сорока минут в среднеразогретой духовке. Готовый кекс посыпьте сахарной пудрой.

Пирог к кофе

Ингредиенты

400 г муки, 20 г дрожжей, 4 столовые ложки вишневого ликера, 1 яйцо, 200 г сливочного масла, 150 г сахара, 150 г молока, 200 г молотых грецких и миндальных орехов, 100 г лимонных цукатов.

Способ приготовления

Дрожжи разведите теплым молоком, чайной ложкой муки и сахара и оставьте на несколько минут, чтобы они поднялись. Затем добавьте остальную муку, сахар, масло и яйцо, поставьте на час в теплое место. К поднявшемуся тесту примешайте орехи и цукаты с вишневым ликером и оставьте тесто расстояться еще на несколько минут, потом выложите его в форму и выпекайте в течение часа при средней температуре. Горячий пирог немного смажьте маслом.

Напитки на все случаи жизни

Ну как же без напитков, разве может нормальный холостяк без них прожить! А если вы собираетесь завести себе жену, то без хорошей выпивки тем более не обойтись. Можно, разумеется, поставить перед вашими гостями водку, но ведь согласитесь, что более приятное впечатление на них произведет коктейль вашего производства или необыкновенный чай. Так что выбирайте сами!

Коктейль «Земляничные поляны»

Ингредиенты

3 столовые ложки земляники или клубники, 100 г сливочного мороженого, 1 стакан йогурта, 2 столовые ложки сливок, 1 столовая ложка сахара.

Способ приготовления

Землянику или клубнику, мороженое, йогурт взбейте миксером, вылейте в высокий бокал, сверху положите сливки, взбитые с сахаром.

Коктейль «Тропинка»

Ингредиенты

$^1/_2$ столовой ложки ананасов (консервированных), $^1/_2$ столовой ложки мандаринов

(консервированных), 150 г сливочного мороженого, 1 столовая ложка вишневого сиропа, 1 столовая ложка варенья из черной смородины.

Способ приготовления

Консервированные ананасы и мандарины положите в бокал, в миксере взбейте мороженое, вишневый сироп и варенье. Залейте этой смесью фрукты в бокале.

Банановo-медовый напиток

Ингредиенты

200 г молока, 1 банан, 2 столовые ложки меда, 2 столовые ложки сливочного мороженого.

Способ приготовления

Банан очистите, порежьте на кусочки. Взбивайте в миксере все компоненты в течение 1–2 минут.

Лимонный чай

Ингредиенты

50 г лимонного сиропа, 200 г горячего чая (крепкого), 1 ломтик лимона, 1 чайная ложка клюквы.

Способ приготовления

В нагретый бокал или фарфоровую чашку налейте лимонный сироп, положите ягоды клюквы, залейте горячим чаем и опустите ломтик лимона.

Ягодный коктейль

Ингредиенты

100 г сливочного мороженого, 1 столовая ложка клубники, 1 столовая ложка черники, 100 г клюквенного морса.

Способ приготовления

Мороженое взбейте с ягодами миксером, вылейте в фужер и залейте клюквенным морсом.

Газированный напиток из цитрусовых

Ингредиенты

1 апельсин, 1 лимон, 1 грейпфрут, 100 г газированной воды, кубики льда.

Способ приготовления

С помощью соковыжималки сделайте сок из цитрусовых, разлейте в два бокала, долейте газированной воды и положите кубики льда. Подавайте с соломинками.

Коктейль «Оранжевый»

Ингредиенты

1 стакан томатного сока, 1 стакан яблочного сока, 1 белок, 1 стакан газированной воды, кубики льда.

Способ приготовления

Соки и яичный белок взбейте в миксере, разлейте в два бокала и долейте газированной воды, добавьте кусочки льда.

«Солнечный пляж»

Ингредиенты

2 лимона, 1 апельсин, 1 л воды, 150 г сахара, $^1/_2$ л газированной воды.

Способ приготовления

Очистите лимоны и апельсины от кожуры, положите ее в кастрюльку и залейте литром воды, проварите пару минут, затем процедите и добавьте сахар, сок двух лимонов и апельсинов, перемешайте до растворения сахара. Охлажденный напиток разлейте в бокалы, долейте газированной воды. Подавайте с кубиками льда и соломинками.

Персиково-абрикосовый напиток

Ингредиенты

100 г персикового сока, 100 г абрикосового сока, 50 г лимонного сиропа, 100 г газированной воды.

Способ приготовления

Соки смешайте с лимонным сиропом в шейкере, разлейте в фужеры и долейте газированной воды.

Коктейль «Ранняя осень»

Ингредиенты

100 г черничного сока, 100 г сока из красной смородины, 150 г сливочного мороженого, 200 г молока.

Способ приготовления

Все ингредиенты смешайте в миксере в течение 1–2 минут, разлейте по бокалам и сразу же подавайте к столу.

Флип «Искрящийся фонтан»

Ингредиенты

2 желтка, 1 чайная ложка сахарной пудры, 4 столовые ложки шоколадного ликера, 2 столовые ложки лимонного сока, 200 г шампанского, кубики льда.

Способ приготовления

Желтки разотрите с сахарной пудрой, разделите на две части и разлейте в два фужера, в каждый из них влейте по две ложки шоколадного ликера, по ложке лимонного сока, залейте шампанским, быстро перемешайте соломинкой, добавьте лед и сразу же подавайте.

Коблер «Восточный экспресс»

Ингредиенты

100 г льда (мелкого, колотого), 40 г вишневого ликера, 40 г коньяка или бренди, 200 г шампанского.

Способ приготовления

В бокалы положите по 50 г колотого льда, налейте по 20 г ликера и коньяка, залейте шампанским и немедленно подавайте.

«Красный бандит»

Ингредиенты

100 г томатного сока, $^1/_2$ лимона, 1 желток, 100 г водки, черный перец, соль.

Способ приготовления

Из половинки лимона приготовьте сок. В шейкере или миксере смешайте томатный и лимонный соки, желток с солью и перцем, разлейте в два небольших бокала, затем осторожно по ножу влейте водку.

Коктейль «Гавайский»

Ингредиенты

150 г мартини, 200 г апельсинового сока, 100 г газированной минеральной воды, кубики льда.

Способ приготовления

Мартини смешайте с соком, разлейте в два бокала, залейте газированной водой, добавьте кубики льда.

Коктейль «Весеннее настроение»

Ингредиенты

200 г крепленого белого вина, 100 г лимонного сока, 200 г газированной воды.

Способ приготовления

Все компоненты разделите на две части и смешайте прямо в бокалах, наливая сначала вино, затем лимонный сок и газированную воду.

Кофейно-вишневый коктейль

Ингредиенты

40 г кофейного и вишневого ликеров, 200 г апельсинового сока.

Способ приготовления

Разделите количество компонентов на две части, налейте в маленькие бокалы ликеры, залейте апельсиновым соком.